明治二十一年十二月二十八日內務省許可（廿日發行）

大正六年六月二十五日發行

婦人衛生雜誌

第三百三十一號

Digitized by Google
Original from
UNIVERSITY OF MICHIGAN

婦人衛生雜誌

第三百三十一號目次

講演

叢談

育兒

家庭衛生

雜報

廣告

Digitized by Google
Original from
UNIVERSITY OF MICHIGAN

謹告

來る七月九日(第二月曜日)午前十時よりお茶の水高等女學校附屬作樂館に於て本會例會を開き料理法實習並に衛生講話(午後一時半)有之候間御知友御誘引御來會被下度候也

但し料理法實習の會費其他に付ては事務所に御問合はせ被下度事

大正六年六月

私立大日本婦人衛生會

Digitized by Google
Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

私立
大日本婦人衛生會
設立趣意書

凡そ人として此世にありては徒に生けるのみをもて足れりとするにはあらずかならずや智識を磨き人たるの本分を盡くし幸福快樂のうちに一年を送らんを皆ともに希はざるはあらじされども其身健康にあらざれば此生活を得んといと易からずこれ衛生の道の一日も忽にすべからざる所以なりとす

抑も〳〵衛生の法は一にして足らずとはいへども衣食住の改善育兒及看病法等の如きはいとも緊要の事にして皆吾等婦人のもつぱら掌るべき所其責任重しと云ふべし今や婦人の會合相尋て起り婦人社會も漸く其の面目を改めんとするは眞に喜ばしきことなりされども夫の衛生の事に至りては更に注意を惹かざるもの丶如くまことに口惜しきことなり因りて頃日同志婦人集ひ謀り一會を設け名けて私立大日本婦人衛生會といひ每月一回集會を開き學識經驗ある人々に衛生上諸般の講義演說談話を乞ひ互に相研究し尚之を筆記して册子を編輯し會員に分ち聊か同胞の爲めに盡すあらんとす茲に本會旨趣の梗概を敍べて廣く江湖の諸愛姉に告げ其贊成を仰ふぐことしかり

明治二十年十一月

首唱者總代

私立
大日本婦人衛生會規則摘要

(明治廿二年十二月改正)

第一條　目的　本會の目的は汎く婦女子をして人生の健康を保持する方法を講究し衛生上の智識を開發せしめ隨て社會全般の幸福を增進するにあり●第二條　本會は私立大日本婦人衛生會と稱し之を東京に置き地方に便宜支會を設く●第三條　本會會員たらんと欲する婦人は何人にても入會することを得●第四條　入會の節は姓名族籍住所及會員の種類を明記し本會事務所に申込まるべし入會者には會員章を交付す(交付手續は卷末に詳なり)入會後轉居等あるときは速に事務所に報知せらるべし●第五條　會員を分ちて終身、特別及通常の三種とす、終身會員は一時に金廿五圓以上特別會員は一ヶ月金三拾錢以上、通常會員は一ヶ月金拾五錢を納むる者とす●第六條　男子にして本會の旨趣を贊成する者は之を贊成員とす其會費は本會員に同じ但本會に功勞ある者又は本會に於て特に贊成員たることを望みたる節は役員の協議に依り無會費とすることあるべし●第七條　會員は本會に於て每月發刊する雜誌を無料にて受くることを得●第八條　退會せんとする者は其旨本會事務所に報知し死亡する時は本親戚知友より通知せらるべし但既納の會費は總て返戻せず●第九條　本會に推戴員を置き其中より總裁一名を奉じ皇族の妃殿下に願出るものとす●第十條　本會に左の役員を置く會長一名、副會長一名、幹事七名、評議員三十名、書記若干名●第十一條　會長副會長幹事評議員は隔年三月の總會に於て會員の投票を以て之を選擧し書記は幹事の推薦に依り會長之を命ず但書記は都合に由り會員外の婦人若くは男子に託することあるべし●第十二條　會長は本會を總理し副會長は會長を補佐し會長事故ある時は之を代理し幹事は會務を掌理し評議員は重要なる會務を評議し書記は役員の命を受け諸記錄雜務を掌る幹事の分課を設け第一會計、第二編輯出版、第三庶務とす◎第十三條　臨時指名委員の件●第十四條　會長副會長幹事評議員の任期は二ヶ年とす滿期再選することを得若し任期中缺員を生ずるときは次點者を以て補缺す●第十五條　會長副會長幹事評議員は無給とす書記には相當の報酬を給す◎第十六條　集會は例會總會及評議員會とす集會は八九月を除くの外每月一回とし總會は三月に之を開く若し急要の事あるときは臨時に總會を開くことあるべし又春秋二回會員相互親睦の爲め閑遊會を開くことあるべし●第十七條　每會學識經驗ある人々に衛生上の講義演說談話を囑托し會員をして隨意聽講せしむるものとす●第十八條　會員は家族の婦女若くは知己の婦人を本會々場に誘致し講義演說等を傍聽せしむるを得(但衣服は總て質素たるべき事)●第十九條　講義演說等は男子の傍聽を禁ず●第二十條　規則の改正其他重要の件議定のこと●第廿一條　每年三月總會に於て會計の收支決算並に庶務の概要會員の增減等を報告すべし●第廿二條　本會の所有金は本會の名義を以て三井銀行に預くるものとす●第廿三條　會計の收支は總て會計擔任の幹事檢印を要するものとす●第廿四條　會計は一ヶ年每に決算し翌年三月總會に報告すべし

支會●第廿五條　地方に於て本會々員十名以上發起者あるときは其規則を定め本會長の承認を受け支會を設立することを得●第廿六條　本會々員にして支會を設立せんとするときは發起者の姓名を記載して申出べし附後員數增減あるときは其姓名を支會より本會事務所に報告すべし本會會員にして支會に加入したる者の會費は本會に納付することを止め支會の規定に依るものとす●第廿七條　支會には支會限りの會員を置くことを得●第廿八條　本會の雜誌は支會に同送すべきを以て其實費を支會より本會に送付すべし　支會限りの會員にして雜誌を請求する者に就きても亦同じ●第廿九條　支會は集會の都度其狀況を本會に報告すべし●雜件

第三十條　本會は每月一回雜誌を發刊し之を會員に配附すべし●第卅一條　會員又は會員外の者にして金圓若くは書籍物品等を本會に寄贈する者ある時は本會々長の名を以て謝狀を贈り寄贈者の姓名及品目を簿册に登錄し尚本會雜誌を以て報告すべし●第卅二條　會費金は受領證を交付すべしと雖も地方會員にして小爲替又は郵券にて納むるものは受領證送費として別に返信料を添へらるべし(郵券送一割增)●第卅三條　會費は東京府下に限り每月領收人を差出すべし地方會員は總て前金とし振替にて口座番號東京一〇六〇〇番本會事務所宛に振出しあるべし●第卅四條　會員中若し本會の障碍となるべき所爲ある者又は屢々會費を督促するも納付せざる者あるときは會長評議員會の決議を經て除名し若しくは廣告することあるべし

東京市麴町區富士見町二丁目廿二番地　私立大日本婦人衛生會

Digitized by Google
Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN



簡易生活

醫學博士　三宅秀述

私は久振で本會の總會に於て何か一場の講話を致すやうにと云ふお賴を受けて今日出ましたが、其演題は簡易生活と云ふ演題を選んだのであります。簡易生活と云ふものは國家及個人經濟の點からして、從來田尻博士の主張して居られ且つ自身自ら實踐して居られるところであつて、同君が各地方等に出張された場合には諸方で演說もして居られるし、近頃では書物なぞも著述發行されて居るところであります。蓋し此事は敎育の側と、衞生の側と兩方に直接關係の有る事で敎育の雜誌なぞにも諸所に散見して居りまするし、本會の雜誌にも生活を簡易にすべしと云ふ意味の事が見へるやうであります。併し私が此度此演題を選み出した所以は文部省で歐羅巴の時局に對し何う云ふ風に歐米各國で敎育の方針を定めて實行して居るかの調査をして、敎育資料と云ふ書物を印刷して、私共に分かたれて居ります。其書物の中に歐米諸國で少年團、少女團に對して頻に簡易生活と云ふ事を鼓吹して居られるやうである、又其中に身體强健法、疾病豫防法なぞと云ふ事も敎へてある、殊に時局に當つては衣食の節約法の研究なぞも盛んに研究し且つ實行を促して居るやうに見受けるので、此點から考へても今日の總會に於て簡易生活と云ふ講話を爲るのは最も時局に適した事と考へて此演題を選んだ次第であります。

それから此頃醫學博士大澤謙二先生と私と兩名で衞

生文庫と云ふ題名の書物を發行して居りますが、此文庫の中にある書物は吾々が新規に著述したのではなくして、日本の古い學者が國民の衛生法を說かれたものであつて、其中最も重要なりと認めたものを選み合せて一つの文庫と云ふものにしたのであります。是等の古い先生の著述したものを見ると云ふと其教旨は皆悉く簡易生活を勸めたのであつて專ら衣食を薄くしてさうして身體の動作を敏捷に動かす事を勸めて居るのであります。丁度是等の事を前後結び合せて今日のお話の種に致したのであります。抑々世の中が文明に赴くに從つて何事も分業と云ふことが行はれて、自分の務めるところ、執るところが追々專門々々に分れて來る、然るに簡易生活と云ふものは此文明の程度の進まない時代の故態に戻るやうな譯であるからして、分業の主義から行けば大に反對の樣子が現はれる從つて衣食住は勿論、其身體の取廻しに至るまでも上品に行かないで田舍の體裁或は極く粗野なる體裁を爲して居る節が多い。今分業の事を申したが田舍の街に行つて見ると一軒の家で米味噌のやうな物も賣つて居るし傍で荒物も反物も賣て居ると云ふやうな狀態であるが、都會へ出て見ると悉く分業になつて居つて、米屋では米ばかりを賣て豆類は賣らない、豆類は乾物屋へ行かなければ無いと云ふやうな狀態になつて居る、唯其中に荒物屋と云ふ店へ行くと種々雜多な物も賣て居るやうな有樣である、然らば斯う云ふ工合に分業になるのは必ずしも文明の事業として相伴はれて行くべきものであるかと思うて見ると案外にも三越の商店「デパートメント、ストーア」なぞへ行くと云ふと、衣類、家具は勿論、食物、茶、鰹節なぞと云ふやうな物までも三越の店に具はつて居ると云ふやうなところが日本の主都たる東京の眞中に在るのを以て見ると、如何に文明の度が進んで來ても必ずしも分業に爲なければならぬと云ふものではないと思ふ。何故に此文明論を私が此處へ持出したかと言へば、此簡易生活を營むには自分の用辨を逹すにはそれぐ

Digitized by Google Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

分業して居る、人々に頼んで用を便ずるやうでは却て不便である、例へば洗濯屋と云ふ專業者が街にあつても、必ずしも其洗濯屋に頼まないで、自分で衣服を洗濯すると云ふやうな譯で、髮結があるから、髮は必ず髮結に頼んで結うて貰らふと云ふ、斯う云ふやうなことでは決して簡易生活ではないのである、實は餘り便利が良過る爲めに簡易が行れ難いので、電車のやうな便利な交通機關が出來た爲めに、今までは歩いて自分の用を辨じたものが終に車に乘るやうな譯で、徒歩主義は行はれないやうになつて仕舞つたのであります。それと衣服等の具合なぞも追々變つて行つて、極く便利な物が出來たのは誠に結構であるけれども、便利と云ふのは働かずに用が辨ずるやうになつたり、或は自分が手先を動かして身支度を爲る。帶を締めると云ふやうな事にも人を頼むか、それでなければ極く輕便な工合に手數を省くやうに出來た爲めに手業が下手になつて仕舞ふ、現に今言うた髮を結ふ事、身仕度する事、帶を締めることなぞが皆人手を借りてやると云ふと自然覺え込んで居た手先の業が極く拙劣になつて仕舞ふ、脚は馴れた人でも歩き下手になつて少し遠道は歩くことは出來ない、一例を擧ぐれば足袋は今悉く甲馳掛になつて紐足袋が行はれない、紐付きの方は結ぶ面倒はあるが、緩急は自在に出來る、紐を結ふ煩が無い代りに手先の業は拙くなつて仕舞ふ、是は全く分業の結果であつて、分業と云ふものは甚だ吾々の體の機能に良くないものである、矢張り昔のやうに臆劫な手の懸ることを自ら爲ると云ふことが宜しい、即ち簡易生活が吾々の身體を眞實息災にならしめて、病なぞには容易に罹らぬやうになつて來るのである。併し此簡易生活と云ふものは、口に言ふのは誠に易いところであるけれども、之を實踐躬行すると云ふことは甚だ困難なことである。前に言うた田尻博士なぞは簡易生活を自ら行て居られるが、私の最も感心して居るのは亡くなられた學習院長乃木大將の如きは實に簡易生活躬行の模範を示して居られ

たのであつて、自身が學習院の生徒の中へ打混じて極く不自由な生活に能く耐へて、人を頼まずに自分用だけは人手を待たず老體ながら自ら手許の用を達して居られて、決して外に從者なぞを使はれないやうであつた。

歐米人は文明の流弊に泌みることが至つて深いので、衣食住共に生活が臆劫な手の掛ることが多くてそれが常習になつて居るから、此度の戰亂なぞに出會つても一層痛苦を覺えることが甚いのである。それ故是ではならぬと云ふので、若い人々少年團、少女團なぞに盛んに簡易生活の事を教へ込むで居るのである。近年日本でも外國と戰ひを致したことが一兩度もある、其時に諸外國から觀戰武官と云ふ者を派遣されて我軍隊にも敵の軍隊にも其武官が混つて居つたやうであるが、其武官達の素行を見ても、毎日起臥飲食なぞを爲る有樣が頗る複雜であつて甚だ手數が要ゝる日本人ならば物見遊山に出る時に持て行く辨當の如きでも可成手數の掛らない極く簡易な物を以て滿足して居るのに、西洋人の携へて居る辨當入れの食籠「バスケット」なぞを見ると云ふと、其中には種々の食料から清涼飲料水や酒の類、麵麭、牛酪なぞと云ふ物が數々ありて、又食品の如きも皿から肉切刀、肉叉、茶匙、食匙、水飲器、酒杯、手巾、卓子掛と云ふやうな雜多な諸道具を竝べ立てゝ、さうして悠然と食事をして居るところの有樣は、何うしても戰に出て居る人のやうには思はれない。斯う云ふやうに手の掛る複雜な生活は決して學ぶべき事ではないと思ふ。軍人は勿論のこと一般國民がさう云ふやうな複雜な生活を爲なければいかぬと云ふことは決して摸倣すべき事でないと思ふ。寧ろ大に誡むべき事と思ふのである。現に此時局に當つて英國で少年團に教へて居る天幕生活の事を書いた書物を見ると、其天幕生活の場合省略すべからずとした諸道具竝に飲食料なぞも夥しい設備を要して居る、例へば煮炊に用ゐる鍋類丈けでも二三箇は缺くべからずとしてあつて、斯んな手の掛るやうなことで

は私共の一向感服が出來ないので、まだ〳〵もう數歩進めて充分に辛酸を嘗めさせ、不自由を忍ばせるやうに日本國民は教へて行かなければならぬと思ふ。又我國では古來可愛子に旅行をさせると云ふ諺があつて、人は充分不自由に耐え忍んで行くだけの體格も具へて居るし、精神も充分に有ると私共は悦んで居る。

外國の人は平常から住んで居るところの住居竝に衣服を以て身體を充分嚴重に防がなければ風寒暑濕と云ふものに侵されて其身が弱はるから、已むを得ず斯う云ふ事の要かる生活を致して居るのである、現に昨今の戰爭で塹壕戰と云ふものを始終して居る様子であるが、其塹壕の中の設備なぞも、彼等の爲めには餘程不自由であり、苦痛であらうと思はるゝこともある、却々其設備に手の要かつたものがあつて、士官以上の住んで居るところの部屋なぞでは塹壕の中と思われぬ程に諸設備とか手廻りの道具なぞまでも餘程贅澤になつて居るやうである。日本では昔から武士の修行の中に身體を錬ることの鍛錬の法が充分研究されて居るから或は鳥を狩るに野掛なぞと言つて狩に出るとか、又は武者修行と稱へて、極く困難な山野を跋渉して家もない所へ行つて野宿をすることの稽古なぞをしたものである。斯う云ふ場合なぞには自分の携帶荷物の中には紙帳なぞと云ふ便利な物を持つて居つて、それを山の中の立木や岩角なぞと張つて一夜の雨露を凌ぐこともしたし、携帶して居るところの食料なぞも握飯や梅干なぞと云ふやうな簡單な食物で、別に箸も使はないで手摑みで喰べられると云ふ位に極く簡古なものであつて、其外山の中なぞを旅行する時分には生米で食料を携へないでも或は干飯、道明寺、仙臺糒なぞのやうな物があつて、湯さへあれば直ぐ飯になるやうな工合の物もあつたし、或は鰑、乾鮑であるとか、鰹節であるとか云ふやうな兵糧に充てるやうな物が種々あつて、さう云ふやうな物は皆武士の方で研究が屆いて居る。然らばさう云ふ事の用意が武士だけにし

かないかと云ふに、他の農工商も同じく旅行なぞをする時分には一層手輕い動作に充分慣れ切つて居る。極く不自由な山の奥なぞへ行つて、人家が無くても水さへあれば落葉を掻き集めて火打の火を取つて打てば、枯枝等の焚物がありさへすれば自分の携へた物で結構食事が濟むと云ふ極く簡易な生活に昔から慣らしたものである。然るに慾に西洋風なぞが入つて來て、段々此簡易生活の方を忘れて、此の良習慣に遠ざかるやうな傾が見える。現に今歐羅巴人の苦んで居るやうな場合に、段々日本でも近寄りさうに思はれるから、此際昔の事に執著して居るやうであるが、成るべく簡易生活に平日慣れしめると云ふ必要があると思ふ。

それから從來日本の家屋は戸障子が多くて壁の部分が少いから風通しなぞも至極宜しく、戸障子の隙間あたりからも風の吹き込むやうなことが屢くあるし、障子の破目なぞからも寒風が部屋の内へ吹き込むやうなことがあるけれども、一向さう云ふことは意としないで住んで居る。それから間仕切と云ふものが戸、障子、襖で出來て居るから、間仕切を取除くと直ぐに狹い部屋二つ合せて廣い部屋が一つ出來ると云ふやうな便利があるし、一と間の疊敷になつて居る所があれば居間にも寢間にも食堂にも客間にも兼用すると云ふやうな便利がある。然るに西洋の家屋としたらば重に寒氣を防ぐ方のことばかり考へて造つた家であるから、成るべく戸障子、窓、出入口なぞと云ふものを小さくして而かもさう云ふ所には皆硝子を嵌めて一向風の吹き拔かないやうな風に出來て居る。又家の牀が板の間で、之に一種の敷物や絨毯なぞが敷いてあるのであるからして、何うしても寢臺を置かなければ薄布團一枚布きては寢られない。されば取片付けることの出來ない寢臺が置いてある以上は、其部屋は寢間の外使ふことが出來ない、食堂に行けば食卓が据置になつて居り、寢間へ行けば寢臺が置付になつて居ると云ふやうな譯では、何うしても間數を餘計有つて居なければならぬやうな

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

不便があるところが、是が永年來の不便であるから誰れも氣が付かず、家と云ふものは斯くあるべしさ西洋人は思て居るけれども、日本のやうに此簡易生活の法の整て居る國でありながら、其不便な眞似を好んで爲ることはないと思ふ。外國へ行て見ると間毎別々の用途に宛てゝ一々異にして居る譯であるかと思ふと、私共が甚だ不愉快に思ふことがある、それは何であるかと言へば浴室と物置と甚しきに至つては便器が置てあつて浴室兼物置、便所と云ふやうな所が一間になつて間仕切りのしてない所がある。是等は衛生の點から言つたならば大に非難すべき家造りであると思ふ。日本なぞでも田舍では臺所を別に拵へずに家の内の一部に土間即ち落ち間があつて其處で煮焼洗流しまでも爲ることになつて居るから、非難を打てばさう云ふ點も日本にあるけれども、概して評すれば、私共は其正しい間毎々々に設備を異にして居るところは良いやうであるが、今言うたやうな裏へ入つて見ると云ふと甚だ不潔で、不愉快を感ずるやうなことが西洋にもあるのだから、能く其邊のところは衛生家の考で取捨して行かなければならぬと思ふ。

それから今の家に就ても或は屋外の場所でも夜分點火て居る燈火を見るのに、今日では餘程燈火の便利が良くなつて、瓦斯とか電氣と云ふやうな物が出來て、夜でも晝のやうに明るい所があるが、是も簡易生活から行くと多少考へべきことである。無用に明る過る位に照り輝て居る譯で、必要より餘計明るくなつて居るやうな傾がある。常にさう云ふ明るい所に住居して馴れて仕舞うと、燈火に不自由な所へ行つて眼が利かなくなる。田舍の人は隣村と云つても半里も行かなければならぬと云ふやうな所があるが、さう云ふ所に提灯も點火ずに道の惡い處を平氣で往來して居るが、此明るき都會に住んだ人の眼は何うも暗い所で物を見る力が乏しくなつて居るから、提灯なしには戸外へ出て一歩も歩るけないと云ふやうなことになつて居る。是は詰り不自由に慣れ

ないからさう云ふ具合に眼の力が追〻弱つて仕舞つて居るのである。それからいま一つは眼の加減で遠近を測ることが野蠻人なぞは最も簡易生活に慣れて居るから、暗い所で物を見ることでも、遠近の度合を目測することでも甚だ上手である。――此頃の歐羅巴の戰爭では大砲を發射したり何かする爲めに極く精妙な測量器で測つて著彈を正確に爲る方のことは餘程進歩して居るさうだが、若し是が平素簡易生活をして居つた人であつて、野蠻人のやうな眼でおつたならば、斯んな高尙な道具はなくても照準を誤らず大砲が打てるだらうと思ふ。畢竟永い間簡易生活から遠ざかつて居つたものだから眼の力は餘程弱くなつて、機械が無くては確に遠近を目測し能はぬと云ふやうな譯になつて居るだらうと思ふ。

衣服のことで言うと、往昔木綿の出來ない前には麻で著物を作つて居つたものだが、後に木綿、絹或は毛なぞを使ふやうになつて來た。そこで衛生上から言うと毛布が一番良い物と敎へて居るけれども、一朝獸毛だの或は綿花だのと云ふ物の原料が缺乏した場合には、矢張り麻や或は木の皮なぞから此衣服材料を採らなければならぬやうになつて來て居る。現に獨逸あたりでは毛織りでなくては叶はざる物のみ毛の方を用ひて、あさは蕁麻と云ふ麻の種類又は楮の皮――日本で紙を採る楮の皮、或は柳の皮――是は恐らく柳行李にする柳の枝の皮から採るのだらうと察せられる――などを用ゐて居る。日本では絹も澤山出來るけれども、絹なぞのやうな贅澤品は重に外國の輸出の方に廻して、内地で用ゆべき物は綿布が一番大切である又衛生にも適當と思ふ。然し此綿花が日本では自給するだけの分量がなくて、多くは亞米利加綿又は印度綿なぞと云ふ物を取つて衣服材料にして居るが、簡易生活を如何に鼓吹しても衣食の原料は何うしても自國で辨ずることが出來るやうにして置かなければ心懸が足りないのである。田尻博士なども衣食の材料が自國の供給で間に合ふやうにして置かなければいかぬと言はれて居るが、

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

私共も全くそれと御同感である。衛生上良いからと言つて濫りに被服の料なぞを更へるのは最も心得違ひと言つても宜からうと思ふ。西洋でも皮革が乏しくなつて來て靴を作るのに餘程困る樣子で、皮革の代りに紙又は木を刳つて木履を穿くやうにして居る。紙は日本でも今拵へる、革の僞物を紙に油なぞを塗て作て居るが、是等は至極良い思付であらふ。又木を刳つて靴を拵へるなどと云ふことも、日本の昔の沓は皆木の履である。今では足駄のことを木履と云うて居るが皮革缺乏の場合には木か或は紙で代り品を拵へると云ふことが至當である。日本では草鞋、藁履なぞと云うて藁を用ひて居るけれども、支那なぞは絲や麻のやうな物で拵へた履も用ひられて居るやうである。全體革で靴を拵へると云ふことも餘り褒めたことではないのである、日本では紙を衣服材料にすることは昔から在つたので、織物にすれば紙布又は紙子なぞと言つて紙で著物を拵へた例もあるし、其外油紙にして桐油紙とか又油を引いて傘や提灯も日本の紙で拵へて居る。それを獨逸では衣服材料に窮して來て始めて柳の皮とか楮の皮とか云ふやうな物から原料を拵へて居るが、日本ならば古くからやつて居る、所謂簡易生活——容易く得らるゝ物で衣食の料を充たして居ると云ふことは最も尊ぶべきことであらうと思ふ。

それから日本の衣服の裁縫であるが、是は身體の格好に隨つて拵へないので、緩るやかに身に纏つて居るのであるからして、肥えた人が著ても痩せた人が著ても、帯の締方で體にくつ付くやうになる。洋服のやうに釦紐や鉤で著物の前を合せると寛急の自由が出來ぬ、和服は僅かに行き丈だけを直しさへすれば一枚の著物が誰れにも貸借することが出來るやうになつて居る。又古著なぞになつても、其儘仕立直を爲ずに誰れの手に渡つても直ぐ用ひられる、恰度前に言うた居室と同じやうで一つの物で幾つにも利用されると云ふ便利があつて、簡易生活には以つて來いと云ふ裁縫である。外國へ留學なぞに行つて居

る時に、日本の手拭を見せると書生仲間で何時も羨ましがられて居る。日本には大層便利な物があると言うて羨ましがられて居る。其羨ましがられたに連れて此方で手拭の利用法を說いて見ると、元來手拭と云ふのだから手なぞを拭き、湯に浴し體を洗ふ時に使ふ物であるけれども或は頰被りをして帽子の代りにもなるし又鉢卷にも使うし、帶が無い時に著物の上から締めれば帶の代りもするし、それから著物を著て袂が邪魔になれば袖を捲くる襷の代りもするし、又布呂敷が無い時分に小さな物を包むことを出來るし、怪俄でもした時は直ぐに繃帶にもなるし、素裸で前を隱すこの出來ない時分には腰卷き(褌)の代りともなる位である。此簡易生活を營むには成るべく一つの物で幾種類の代りでもなるやうに考へてやらなければならない、此點から言うと實に此手拭なぞは最も簡易生活に適用すべき物だと思ふ。

食物は此時局に對して私が最も多く調べて見て居ると、歐羅巴各國で特に獨逸では國民の常食物に大に誤まつたことがある、と云ふことを明言して居る。四十年此方泰平であつても、獨逸あたりでは武備は充分整うて、何時戰が始まつても宜いやうに武備の方は充分やつて居つたけれども、如何せん、泰平四十年に亙つた爲めに、國民の常食物と云ふものに改正を加ふることに氣が付かずに居つた。故に益々此文明の便利なる時機に乘じて益々贅澤になり、驕つた食物になつて來たのである。それを今日頃に食物が缺乏したからと言つて、種々の代用品を工夫したり、調理法を改良したりして急を凌ぐ積りであるが、如何せん四十年も捨て置いたので益々惡い方は募つたやうで、國民一般に肉を食はなくては榮養が衰へる、國民の精力が盡きると云ふやうな考をして居るので、眞に困まると云ふて、獨逸の學者が口を揃へて歎いて居るのである。此論は私共の言ふ簡易生活で終始推通して來た日本國民の食物と云ふ物は決して粗食でない、寧ろ斯く簡易生活に慣れたと云ふことは國民の誇であると考へて居るのであるが、戰爭

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

をして英吉利が獨逸に糧食を送る途中の道を遮つて、獨逸國民をして戰ぢや勝つことが出來ないが、兵糧攻にして一つ獨逸を閉口さしてやらうと云ふ慘酷な不人道な仕方でやつて居る。獨逸は英吉利を恨んで獨逸も亦それに復讐的に潛航艇で英吉利へ食糧を送り來る船舶、又英吉利から佛蘭西へ差向けるところの石炭の船なぞと云ふものを狙つて英吉利をば餓死させる積りて、佛蘭西へは英吉利から石炭を送ることが出來ないで困まらせるやうに、獨逸でも矢張り復讐的にやつて居るのだ。それ等の事を考へると、食物なぞは最も節儉食料と云ふ物を平日から使ひ覺へて居ること簡易生活の食料に慣れしめて置かなければ斯う云ふ時に困まるのである、で衣、食、住、三つの中で食物が一番無くてならぬ物で、直ぐに其日から苦痛を覺えるものであるから、是に一番重きを措いて論じなければならぬのである。文明國の食物は味が美味くて、其品物が上品であつて量は少くても宜いと云ふ、斯う云ふのが文明に進んだ人の食物に對する希望である。此事は西洋ばかりでなく日本あたりでも同じ事で、田舍は粗食で齟むのに骨の折れるやうな固い物でも平氣で食べる、味は少し不味くても分量が餘計で腹が膨れさへすれば良いと云ふ傾きのあるのは、西洋人の言ふところと日本ばかりの經驗でも唯程度が違つたばかりで言ふことは同じである。それで今日食物が足りなくなつた場合に獨逸あたりで苦んで居るのは、勞働者の方が腹を膨らすに足りない、今日の食物では滿腹の快感がないと云ふ方の苦情が一番餘計である。能く平日言うて居る滋養物の方のことは言はないで、充滿させる物、空腹を飽滿させる材料と云ふものに就て種々の工夫を凝らして居る、恰度日本で饑饉の時にお粥を拵へる場合に、米を少し入れてさうしてあとは茶葉でも大根でも人參でも芋でも、量を餘計にしてさうして腹を膨らして飽滿すると云ふ感覺を取る爲めに加子と云ふものを加へて量を餘計にする工夫を爲る、それと同じやうな事を獨逸でやつて居る、滋養

物など云ふ物は詰り天下泰平の時に言うことで、食糧が澤山ある中から選ぶ場合にはそれが宜しいけれども、品が拂底になつて居る時には、あり觸れた物の、手の省ける物の中から其中の良い物を選ぶと云ふやうなことを獨逸なぞでは頻りに考案して居る。今日文明の結果として肉類でも野菜でも皆飼養法、栽培法が巧になつて、今までとは違ひ肉類でも野菜でも、一寸煮炙すれば直に柔かくなつて料理の出來るやうな物が作られて居る。それから調理鹽梅の法、それから食物の製造、貯藏の方法なぞが充分研究が積んで居つて、結構な物が數多あるけれども、戰が始まつたり或は一朝饑饉でも來た時分には、此食料品の價と云ふものが五層倍にも十層倍にもなつて來て、それだけの資産の有る者は食べられるけれども貧民勞働者なぞに到つては何うしても得るところの金額と食費との權衡が取れないから、食費に逐はれて自分一人は暮せても家内眷族を養ふと云ふことは出來ない狀態になつて居る。是が最も西洋で苦んで居るところである。第一彼は麵麭を常食として居るが、食麵麭を造るには、同じ穀物を碾いて、粉にして、それから燒いて食べると云ふことになつて居るが、日本人のやうに穀物を粒の儘で炊いて食べる、米を精げるか或は玄米の儘でも今日では直ぐに飯に炊いて食べると云ふ風のことであると、一旦穀粉を拵へると云ふ手數からして第一日本のは省けてあるのだ。そこで此粒の儘で穀物を食ふと云ふ習慣は、大に西洋人からは卑んだやうであつたが、今では伊太利で麵麭を拵へる時分に、恰度日本の麥飯を炊ぐ時のやうな鹽梅に大麥でゑまし麥を拵へて麵麭の中へ交ぜて燒いて居る。粒の儘麵麭の中へ大麥を入れて居ると云ふやうなことを聞及んで居るが、今度の戰で大層日本風が彼地へ採用されるとやうになつて、私共は愉快に堪へない。それから肉の代りに魚類は勿論、何か肉の代りになる物がないかと言つて、獨逸あたりでは頻りに索して居るが、如何せん河魚の方はあるが、海魚は自分の國で獲れるものが

至て尠い、之は大層滋養分が有つて良いものではあるけれども、獨逸自國で澤山供給することが出來ない北海を控へた中立國より買入れを爲さんとすれば、英國にて先廻りを爲して一手に買收されて仕舞ふ故に、獨逸自國では大層慨いて居るやうである。其外重に乾酪を以て肉の代りをさせて居るが、新聞紙上で見ると、彼等が乾酪と稱へる物を見ると大豆から製して居る。日本で古來用ひて居るところの豆腐は實際蛋素と云ふて、卽ち乾酪と同一性質のものである。此豆腐が肉に代るべき有益な食料品であるとして、豆腐を食ふことを獨逸で勸めて居ると聞いて、私共は嬉しくて耐まらぬやうな心持がする。それから料理を爲る段になつても、日本では米を炊ぐから、鍋の外に別に釜がいるやうになつて居る。併し飯も鍋で炊けないことはないのであるから、鍋が一つありさへすれば宜い譯で、鍋一枚に庖丁一本ありさへすれば、何んなお料理でも出來るやうでなくては簡易生活に向かぬのである。近頃段々日本でも何に用ゐる鍋、何に使ふ鍋と言つて、鍋の中にもいろいろな種類があるし、而かも西洋料理なぞを眞似て見やうと云ふ時分には矢張り「フライパン」であるとか、「ソップ」鍋であるとか、何んとかいろ〳〵別な道具が要る。であるから日本の道具(七輪)の上に西洋道具(天火)も要ると云ふやうに、二重に備へなければならぬことになつて來て居る。又庖丁にしても薄刃の外に、出刃に刺身庖丁又は鰺切(柳刃)と云ふやうな庖丁なぞが出來て居て、いろ〳〵な庖丁が要るやうになつたが、是等も餘り種類が多くなる方のことは好まない、簡易生活を爲す時分には庖丁は一本で、鍋は一つで飯も炊けると云ふやうなことを平日から心懸けて居らなければならぬと思ふ。此節の西洋料理に使ふ道具なぞは、私共が見ても解らぬやうな物が澤山あつて、やれ肉をひく肉碾きであるとか、又は馬鈴薯の皮剝であるとか、馬鈴薯を潰して裏漉しにする道具だとか或は野菜の人參や蕪なぞを小さく一定の形に切り細かに刻む方の道具だとか或

は鷄卵の泡立だとか云ふやうな道具が增した、私共の其使用方法を知らない物が數十種出來た。斯う云ふ便利な道具が澤山出來ただけ手先きを使ふ方は下手になつて來る。何んでも調理鹽梅と云ふものを爲る時分には、あまり色々の器械を用ひずして鹽、砂糖、醬油、味淋杯も目分量手加減で以て秤量を用ゐた同樣に出來ねばならぬ、其他火加減茹で加減等で覺えて仕舞うやうにしなければ、食物を造るにもなか〳〵道具がそれ〴〵無くてはいけないと云ふことになる。それであるから一つの道具でいろ〳〵の目的を逹することが出來るやうに、平日から自由を與へず苦めて敎へて置く必要があると思ふ。獨逸あたりの注意周到の國であつてさへ、矢張り戰で困つて見なくては目が覺ぬ。氣が付かぬと云ふのを以て見れば此簡易生活の實行と云ふことは少も忘れては居られないものと思ふ。英吉利の少年團に敎へて居るところを書いた物で見ると何うも私共未だ慊焉ず思ふところの點が種々あつて、俗に言ふ猿曳道具と云ふ物が澤山なければ簡易生活さへも出來ないやうに、恐らくなつて居るやうに思はれる。それから今料理に使ふ道具のことに就て、なるべく一つの器械だ種々の目的を逹することの出來るやうな氣轉を利かせるやうと云ふことを言うたが、食物の材料に取ては尙更のことである。現に今日西洋で苦んで居るのは肉の代りをする物、乳の代りになる物、牛酪、乾酪の代りをする物、茶、咖啡の代りになる物と、斯う云ふ物を頻りと西洋でも求め苦んで居るが、日本でも矢張り斯う云ふやうな物が無い時分には何を以てそれに代へるかと云ふことを平日講究して置く方が宜しい、其代品を使ふ場合にも、固より衞生上良しくない、人間の體に障る物は避けて、美味しく食べられるやうな物を以て代へなくてはいかない。矢張り肉に代へるには肉だけの滋養分を含んで居る物を以つて之に代へしめる、と云ふ風にして成るべく惡い手膽劫な習慣を除いて行くと云ふことに、自ら進んで簡易生活を行つて行かなければならぬ。

食物のことに就いては私は未だ研究を續けて居るし女子大學櫻楓會の家庭週報に綿密に書いて出さうと思ひますから、食物のことは此位にして置かうと思ふのであります。

叢談

盲腸炎に就て

醫學士　篠原昌治

盲腸炎は多く世人の注意を惹く病氣の一つでありまず、それは此病氣が比較的青春の人に多く且平素極めて健康な人が一朝此病氣に犯さるゝときは、急に幽冥ところを異にすると云ふ樣なことがありまして、他の病氣の如く平素より虛弱な人が漸次衰弱して遂に死亡するものとは多少其趣を異にする爲かと思はれます。それに近來は此病氣に罹るものゝ數が漸次增加する傾向を有して居ります。元來盲腸炎は早く診斷が確定せられ、之に向つて適當な治療が行はれますれば夫れが爲に死亡することは餘り多數ではありませんけれど、時としては他の病氣と間違つて診斷が容易に確定せられなかつたり、又は治療が理想的に出來なかつたりする爲に貴重の生命を失ふ樣になる場合も少くない樣に思はれます。夫故爰に盲腸炎のことに就ての御話を申上げたいと存じます。

世間で一般に盲腸炎と云ふものゝ内には盲腸炎、蟲樣突起炎及び盲腸周圍炎等が含まれて居ります。此等は醫學上に於きまして各相異なる意義を有するものでありますけれども、それ等のものは常に同じ部位に發生し且同時に發生する場合も少くなく、其症狀に於ても極めて相類似するものでありますから、爰には之を總括して且便宜上盲腸炎と云ふ名稱を用ひて申上げようと思ひます。

盲腸炎の原因は種々ありますけれども、多くは大便の秘結によるものでありまして、其際糞便が盲腸部に堆積せられ、遂に炎症を發するものであります。常に坐業に從事して居るものは大便の秘結を來し易く、從て多く本病に罹るものであります。又食物も大なる關係を有するものでありまして、常に菜食を好むものは糞便の堆積を起し易いものでありますから本病に罹り易いと云はれて居ります。夫故一度本病に罹つた人は度々此に罹る傾向を有するものであります。誤て異物を嚥下せる際にも盲腸炎を發することがありまして、以前は誤つて櫻實の核を嚥下した樣な場合に盲腸炎となると唱へられて居りました。蟲樣突起と云ふて盲腸の先にぶら下つて居るものがありますが、それが非常に長き人は此病氣に罹り易いと云ふ説もあります。其他外傷、感冒及び身體の冷却等によつて本病に罹ることがあると云はれて居りますけれど、此等の多くは發病の動機を與ふることはありましても、本統の原因ではありますまいと思はれます。

盲腸炎は老幼を論せず、凡ての年齢に發するものでありますけれど、殊に十五六歳より二十四五歳の間には最も多數に發病するものでありまして、男子は女子に比すれば本病に罹ることが遙かに多數であります。

本病は多くは下腹部即ち臍の右下方に於ける烈しき疼痛を以て發病するものであります。それは食ひ過ぎとか、又は何か平生食べつけぬもの或は腐敗に傾いたものなどを食べた後に來ることもありますが全く何等の原因なくして發生することもあります。此際患者が咳嗽をしたり、又は腹部に力を入れると云ふことによつて疼痛が烈しくなります。腹壁の上より其部分を壓しますれば強き疼痛を感ずるものであります。

疾病の初めに於きましては、多くは硬結を觸るゝことはありませんけれども、時日の經過するに從ひ其部分に硬き腫瘍を觸るゝものでありまして、時とし

てはそれが漸次增大して小兒の頭位の大さとなることがあります。此病の初めには屢々嘔吐を來すものでありまして、それは唯一回だけのこともありますし又數回に及ぶこともあります…………………………初期に於きましては唯胃の內容物を吐くものでありますが、遂には膽汁の如き黃色又は綠色を呈するものを吐く樣になります。盲腸炎の際に糞便樣のものを吐出することも全くなきことではありません。

盲腸炎の經過は種々でありまして、一定して居りません。時としては、極めて輕症で疼痛も程なく消退し、體溫下降し、數日にして全く治癒することがあります。

他の場合には疼痛烈しくて、嘔吐止まず、爲に患者は食物を攝取することも出來ず、夜間は安眠を妨げられ、それのみならず高熱持續し、局部の腫瘍は漸次增大して、家族一同甚しく心配して居る內に、何時か體溫下降し、其他の症狀もなくなり、局處の腫瘍も漸次縮小して全く治癒することもあります。

時として此等の症狀が日を追ふて增惡し、遂に局部化膿し、漸次衰弱に陷り又は腹膜炎等を續發し不歸の客となることもあります。

盲腸炎の診斷は一般には左程困難なものではありませんけれど、時としては又容易に決定し難きこともあります。多くの場合に於きましては右下腹部に急に疼痛を發することゝ及び嘔吐、發熱等によつて診斷が附けらるゝものでありますが、時として疼痛のある部位が普通と異なつて、臍より上の方とか、稀には左腹部に感ずることもありますし、又其腹痛が著明でなく、壓して見ても充分に分らぬと云ふ樣なことがある爲に、盲腸炎の診斷がつけられないこともあります。殊に小兒に於きましては屢々不明のことがあります。又之と反對に、普通の腸炎の場合に盲腸炎と思ふて盲腸部を無暗に壓しますれば、患者は疼痛を感ずるものでありまして、其爲に誤つて盲腸炎と云ふ診斷を下さるゝ場合も決して稀ではありま

せん。
盲腸炎は左程危險なものではありません、早く診斷がつきまして、適當な治療が行はれますれば、多くの場合に於きましては治癒するものであります。然し始めから極めて惡性のものがありまして、如何に充分な手當を致しましても病勢が漸次增惡し、遂に助かることの出來ぬものもありますから、決して樂觀することは出來ません。

盲腸炎の治療法として最も大切なことは、身體の安靜であります。確に盲腸炎であると云ふことが明になりますれば、患者は成るべく靜に寢て居らねばなりません、大小便などにも決して起きぬ樣にすることが大切であります。食物は多くは流動體のみを與へらるゝものでありまして、主として牛乳、粥汁等を與へ、固形の食物は一般に禁じられて居ります。

盲腸部には初めは多く氷嚢を置きます。それも單に一個のみでなく二つも三つも置て充分に冷却する必要があります。然し氷嚢の重りで其部分を壓しつけてはなりませんから、氷嚢はよく吊して置く必要があります。體溫が下降した後には濕罨法を行ふことがあります。

局部には「イヒチオール」銀軟膏等を貼ることがあります、又最初には水蛭をつけることもあります。

盲腸炎の際には多く便祕を來すものであります、時としては其初めに一回だけ「リチ子」油等の下劑を與ふることがありますけれど、多くの場合に於ては下劑を與へません。便祕に對しては灌腸法を行ひまして、殊に「リスリン」の灌腸が賞用せられて居ります。

盲腸炎の時には多く阿片劑を與ふるものであります、併し此等の藥劑のことは醫師の手によつて行はれることでありますから、爰では省略致します。

盲腸炎が化膿した場合には切開手術をせねばならぬことがあります。然し手術すれば必ず治癒るときまつたものではなく、殊に其手術の際に、若しも膿汁が少しでも腹腔の內に入りますれば、其爲に急性腹

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

膜炎を起して死亡することがあります。又時としては此膿が自然的に外部か又は直腸、婦人に於きましては腟に毀れ、其處より膿が流出して、手術を行はないで治癒することもあります。

盲腸炎は手術すべきものであるか否かといふことに就ては說が分れてをりまして、外科醫者と內科醫者との間の論爭となることがあります。外科醫者は凡ての盲腸炎は手術すべきものであるといふ意見を持て居らるゝものが多くあります。それは蟲樣突起は人生に不必要である、斯るものが存在する故に盲腸炎を起すことがある、之を切除してしまへば再び盲腸炎に罹る心配はない、蟲樣突起を除去する手術は決して困難なものではなく、夫れが爲に生命の危險などは絕對にないもの故、之を除去するが最も得策であると云ふ意見であります。然るに內科醫者の方では盲腸炎は左程危險な病氣ではなく、一般に容易に治癒するものが多數である。又再發するものと再發せざるものを比較すれば、再發せぬ場合が著しく多數である。夫故唯一度盲腸炎に罹つたからと云ふて直樣蟲樣突起を除去せねばならぬといふ程のものではないといふ意見であります。兩方共理屈のある議論であります。若し蟲樣突起を除去するに少しも危險がないものとすれば、之を除去した方が再び盲腸炎に罹る危險がなくてよいことゝ思はれますけれど、又一方より考ふれば、若しも其人が手術をしないでも之に罹らぬものなれば、手術をするといふことは全く無益の樣にも思はれます。夫れのみならず之が手術を行ふには職業を休まねばならず、又手術料をも要することでありますから、金と時間に充分なる餘裕がある人であれば容易に行はるゝかもしれませんけれど、外科醫の主張せらるゝ如き主義を一般に勵行するといふことは吾邦現今の狀態では困難かとおもはれます。

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

安靜の價值

莊司秋次郎

人は食はんが爲に生きるのではない、生きんが爲に食ふのである。休まんが爲に働くのではない、働かんが爲に休むのである。飽食煖衣爲す事なきは人として恥づべきことであるが、併し身體及び精神の安靜と云ふことは極めて必要なことである。

試みに佛教の經文を繙いて見るならば、『爾時、世尊三昧より安詳として起て……』とか、その他安穩とか安樂とかいふ言葉が澤山出て來る。この三昧といひ安詳といひ安穩快樂と云ふ、何れも身體並に精神の安靜狀態を云ふのであつて、佛教では、この安靜と云ふことを特に大切な狀態として、常に安靜にすることを敎へて居る。坐禪といひ念佛といふも、謂はゞ安靜を得る手段である、或は念佛、坐禪の效果として安靜を得る。定に入るとか、三昧に入るとかいふ事も、畢竟至極安靜の狀態になる事と見ても差支はあるまいと思ふ。

儒教に於ても、例へば大學に『定りて而後能く靜なり、靜にして而後能く安し』といひ、中庸にも『中は天下の大本なり、和は天下の達道なり、中和を致して天地位し、萬物育す』といふ、この中和と云ふ事も要するに安靜と言ひ換へることが出來ようと思ふ。更に儒教の中でも陽明學派では坐禪と同じ樣に所謂靜坐の工夫を勸めた。此の如く道德宗教等の修業には何れも精神の安靜を必要として居る。併し精神の安靜を得るには、必ず亦身體の安靜を要する、少なくとも身體の健康といふことが必要である。神經衰弱とか「ヒーステリー」とかいふやうな病氣があつては到底精神の安靜を得ることは出來ない。

斯く精神とか身體とか云ふが、畢竟一つ身體の生理的作用であつて、身體が侵さるれば隨つて精神も安靜を失ひ、精神に異常を來せば、從つて身體も安靜なり難いのである。故に身心の安靜を保たんと欲せば常に健康に注意して、完全に生理作用の營まるゝ

様に氣をつけるより外はない、これには日常衛生の法則を守り、確乎たる宗教的信念を懷き、德性を涵養し、己れの爲すべき職分を完ふすることに勤める迄のことである。これが何よりの養生法で、身心の安靜を得るの道である。

然るに、これは言ふに易く、行ふに難い。吾々は恐らく誰しも斯様な心掛は持つて居るに違ひないが、殆んど千人が千人これを滿足に實行し得る者はない。それ故に全く神心喪失或は白癡と云ふやうな者でない限りは、何れも身心不安靜の狀態で、所謂煩惱の衆生の有様である。吾々醫者から見れば皆病人である。患者である。そこで種々の工夫を要する、即ち療治が必要になつて來る。彼の靜坐法であるとか、呼吸法であるとか、氣合術であるとか乃至催眠術、心理的療法とか其他種々様々の方法が時々發作的に流行するのは、何れも所謂煩惱の衆生が、何等かの病氣を感じて安靜を失ひ、それを癒されんと渇望するより起る惱亂の仕業に外ならぬのである。併し人間の生理、病理を辨まへず、或は之を無視して治療を企てるものは皆邪道に陥ゐる、往々效驗を現はすが、それよりも害毒を流す方が遙かに多い。昔から幾度となく奇妙な方法が流行するが、忽ちにして廢るのはその爲である。

今試みに、病氣になつた時の安靜法を說いて見るならば、彼の犬や猫の如き動物の病氣になつた場合を觀察して見るが宜い。彼等動物が消化器を害した場合には、靜に臥てゐる、時々靑草を喰ふて吐する、而して肉をやつても、魚をやつても決して食はぬ。これが即ち急性の消化器病の場合に於ける最も合理的の安靜法である。然るに人間は却つて斯様な場合でも無理をする。腹痛、下痢等の症狀が現はれても、賣藥などを服して歩き廻る。食慾は無いのに、それでは身體が衰へるからとか何とか云ふて、强ひて飲食をして恢復を妨げ、往々慢性にして仕舞ふ。通常の身體は一日や二日位飲食しなくとも決して大事はない、又普通の食物を攝れば暫時にして恢復する。

然るに胃腸加答兒などを起した際に、强ひて飲食をすれば、その赤くなつて腫れて爛れた樣になつてゐる胃腸の粘膜が食物の爲に刺戟され働の弱つてゐる胃腸が無理に消化の爲め働かうとするから、なかなか恢復する暇がない、或は益々その爲に惡くなる。胃腸加答兒の爲には安靜が第一である。それで安臥して全身を安靜にすると同時に絶食して胃腸そのものを安靜にすることが必要である。これはこれから段々胃腸加答兒が多くなり、特に小兒が屢々罹る。その場合に、醫師が絶食を命じ或は重湯だけに制減するのに小兒が食べたがるからとか、或は身體が弱るからとか言ふ口實の下に種々の物を與へる。而して段々病狀を重くし、醫師の言ふ通りにさへすれば一日か二日で全快すべきものが二ケ月も三ケ月も恢復しない、斯くして眞から身體を衰弱せしめて仕舞ふ例は常に見る所である。これは全く治療上に於ける安靜の價値を知らぬ爲である。尙ほ胃潰瘍又は腸潰瘍と云ふて、胃や腸の內に潰瘍が出來た場合に、右の安靜法を守らぬならば、往々其處が破れて死ぬることがある。其他盲腸炎又は子宮の周圍などに焮衝のある時に安靜を守らぬならば、それから廣く腹膜炎を起して遂に死亡することが屢々ある。斯樣に凡て腹部に焮衝のある場合には先づ安靜と云ふことが何よりも大切な事である。

治療上に於て安靜の必要な事は、單に腹部の疾患に對してのみではない。例へば心臟病の人は、その病症にもよるが、多くの場合に於て身體並に精神の安靜が必要である、僅かの精神感動に由ても忽ち動悸が劇しくなり、眩暈がし、卒倒することがある。少しく劇しい運動をしたばかりで心臟の働が止む卽ち死亡することがある。又肺病、殊に肺結核で喀血したやうな場合には全身の安靜のみならず、物を言ふことも避けて肺臟を安靜にする必要がある。此等は特に著るしい場合のみを擧げたのであるが、其他の場合に於ても治療上安靜を第一の療則とする場合が非常に多い。

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

尙は一つ安靜の必要な例を擧げるならば、顏面の癤腫である。顏面の癤腫は非常に疼痛が強く往々甚しく腫脹るものであるが、これは大抵指で壓したり、爪で搔いたりして甚くする、それのみならず顏面の筋肉は絶えず運動するから益々治癒し難い傾がある。若し物を咀嚼するとか、話すとか、笑ふとか一切顏面筋の運動を廢して、全く人形の如くしてゐるならば、顏面の癤腫の如きも決して大事には到らない、比較的容易に治癒するものである。此の如く外科的の疾患に於ても安靜と云ふことは治療上極めて必要の條件である。

以上は主として身體の安靜の治療上に必要なることを述べたのであるが、身體の安靜を圖るには矢張これと同時に精神の安靜を要するのである。卽ち兩相俟て初めて心廣體裕なりと云ふ處に到るのである。故に治療上に於ても身體の安靜を圖らんが爲に特に精神の安慰に努め、又精神の安靜を圖らんが爲に專ら身體の休養に注意するのである。類經と云ふ書物に『心は一身の主宰たり、魂魄を總統し、志意を兼該す。心一たび恐憂喜怒すれば、五志隨て動き、疾これより生ず。設し能く此心を養ひ、居處安靜にして懼懼たることなく、欣欣たることなく、婉然として物に從ひ或は與に乖はず、時と與に變化して、我なくんば則ち志意和ぎ、精神定まり、悔怒起らず、魂魄散せず、五臟倶に安し、邪も亦何ぞ我を奈何せんや』と言ふて居るが、これ全く精神安靜の效を稱したものである。

精神の安靜を保つことは常に何人にも大切な事であるが、特に神經病、精神病の治療に於ては病人を安靜にすることが第一の療法となる場合が甚だ多い、それで精神病學の方では、特に安靜療法と稱して、その病症に應じて、それぐ\安靜ならしむる工夫を考へて居る。精神過勞が原因となつて起る所の神經衰弱とか「ヒステリー」とか云ふやうな病症は、精神を勞することを除き、感情を昂ぶらすことを遮れば、それで治癒することが多い。所で一度斯樣な病氣に

罹つた者は誠に取扱ひにくいもので、健康な人には何でもない事が、皆刺戟となつて、僅かの事に由て、喜怒哀樂が劇しく頻繁に且つ亂雜に變化して、自らこれを制御することが出來なくなるものである。それで斯樣な人に對しては、音でも光でも色でも凡五官を強く刺戟するものは出來得るだけ之を避くることが必要である。家事上の事又は職務上の事が精神を苦しめる場合には或は轉地するとか、近縣に旅行するとかいふ事が非常に功能のあることがある。卽ち總て刺戟を受ける事情或は境遇より一時免れて安靜を得るのである。病院に入院して居るだけで治癒するのは矢張この理由に依るのである。併しながら病氣の種類、程度又時期等に依て何時でも同一手段を用うる譯にはゆかない、單にその境遇から離れただけで精神の安靜を得る場合もあり、又凡ての五官の刺戟を和らめる必要のあることもある。例へば眼の方からの刺戟を避けるには青色或は綠色の窓掛をかけて室內を薄明くするとか、夜は電燈に被覆をして、ぎら〳〵する光を遮り、或は行燈を用うる。又耳の方からの刺戟を避けるには、田舍に見る所の倉坐敷とか又は精神病院に於ける如き音響の通らぬ室に居らしめる。場合に依ては普通の娛樂をも止めしめて身體も精神も絕對的に安靜にせしむることがある。併し外觀だけは全く安靜の樣でも、內心は却て悶亂する如き事があるので、此邊の所は全く專門家の觀察と治療方針とに俟たなければならぬ。

精神病及び神經病に對して行はるゝ安靜療法には種種あるが、その中にて最も普通に行はるゝは就褥療法、隔離療法及び持續浴の三つである。

就褥療法とは名の如く臥褥に就かしめて心身の安靜をはかる方法で、褥に就て靜に臥て居れば、全身の血液循環が穩かに平等に行はれ、筋肉も休息し、體溫を失ふことも少なく、殊に腦髓の血液の循環を容易にして、氣を鎭める效があるからして、貧血、衰弱等の爲に昂奮し易く、何となく不安、苦悶あるもの、又興奮し易き病人に對しては大に效あるもの

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

である。而して病狀の輕くなるに從つて褥に就いて居る時間も段々減らして來る。例へば初めは午後の二時頃より二三時間だけ起し、次には朝九時に起して、正午から三時まで臥し、又起す。その次には更に臥かす時を遲くし、朝も早く起し、それに應じて、漸次仕事を增して行くのである、併し午後の睡眠は全く病狀が無くなつて、體重も增すやうになるまで續けるのである。

次に隔離療法と云ふのは、人より離れて別居せしむる方法であるが、必ずしも隔離室に戸を閉ぢて獨居せしむると限つたものではない、病狀次第にて自分の家でさへ無ければ宜しい事がある。或は今迄の土地でさへなければ宜しい事がある。要するに病人は自分の家に在る間は各々家事又は職業等に就て心を煩はさゝるを得ない、又家庭に於ては見る物聞く物、氣になつて、所謂癇癪が起つて堪らぬと云ふやうなものが少なくない、斯樣な病人は多少遠慮し我慢しなければならぬ病院のやうな處に入院して家庭と隔離すれば、單にそれだけで心身の安靜を得る場合が多い。事情に依ては訪問も、手紙の往復も談話も禁じなければならぬ事があり、病院内に於ても他の病人と同居さして置いて宜しいのもあり、全く室を別にしなければならぬものもあり、それにも亦戸口に簾を垂れて置くだけで自由に出入を許して宜しい場合もあり、全く戸を鎖して極めて靜にして置かねばならぬ場合もありて、病症の種類、程度、時期、個人の性情習慣其他の事情を考へて適當に應用しなければならぬので、妄に隔離法を強制して却つて病狀を惡くすることが往々あるから、眞の精神異常を來たした人に對しては老練なる精神病醫の相談を仰ぐべきこと勿論である。

最後に持續浴であるが、溫浴は何人にも快く、衣服の束縛なく、而かも皮膚に來る一切の刺戟を防ぐに足り、精神を安らかにし、睡眠を催する效果あることは、吾々日本人の常に經驗して居る所である。西洋の醫學者、殊に精神病學者は、凡て興奮狀態、躁

揚狀態とて氣が立つて暴れる樣な氣味のある精神病者を微温浴に長い間入れて置けば、漸次安靜になつて眠るやうになり、著しく效能あることを唱へて、近來はこの持續浴の設備の如何に依てその精神病院の値價を判斷する程になつて居る。持續浴には攝氏の三十四度から三十七度、殆んど冷たくないと云ふ位の所謂微温湯で、常に温度を同一にしてその浴槽の中に病人を臥せて置くのである。その入浴時間は病氣の模樣に依て或は二時間乃至四時間、場合に依ては十二時間以上も續けることがあり、度數も一日一度の事あり或は數回のことあり、長時間にわたる時は食事も浴中で取らせ、作業も浴中で爲さしめる、日數も病狀に應じて數週乃至數月にも至ることがある。

精神病者などに對しては、前述の如くその病氣の種類、時期、程度等に依て各々適當の方法を應用しなければならぬが、此等の安靜療法の原理に至つては、決して精神病又は特殊の疾病に限つたことはない、通常健康の範圍に在る人々も適時に應用して、有益である。即ち氣が落つかぬとか、考が纏まらぬとか凡て精神の安定を缺き、身體に違和を覺ゆるやうな場合には、或は暫時間褥に就て心身の安靜を試み、或は淨室に香を炷いて靜坐を試み、又は郊外に散歩する等、これ亦一部の隔離法の原理を自ら應用するのである。又温浴は我邦に於ては大抵自宅に簡便な浴場があるから何時でも自由に應用することが出來る、市中の風呂屋も特に浴客の少なき時間に行けば僅かに二三錢で殆んど隨意の温度で長時間湯に浸ることが出來る。不完全ながらも持續浴の應用が出來る。

斯の如く身體並びに精神を安靜に保つことの價値を知り、病氣に罹り、或は異常を覺ゆる際にこの安靜法を應用するならば、事柄は至て平凡の事のやうであるが、その效は決して尠なくあるまいと信ずる。

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

梅雨と衛生

千木[illegible]

梅雨中の衛生と云へば、先づ濕氣の多くなること日光の不充分なこと、道路の惡くなること等が第一に考へられる。濕氣が多くなり、日光が不充分になり、それに氣溫が比較的高まつて來て居る時節であるから、黴菌の繁殖には最も適當した時期であつて、實際少し手の屆かぬ處は、何處でも黴が生える。普通餅や麵麭に生える紅黴、青黴の如きは自分の發育繁殖の爲に、その寄生した物から養分を取るので、黴の生えた物は凡て味が惡くなる、併しこれを食べても胃腸の強健な人は別に害はない、唯不味いと云ふ迄のことである。けれども黴の生える位の物は何れ古い物で、餅菓子の如きは餡も酸敗して臭味が出る斯樣なものを小兒又は少し消化器の弱い者が食べれば忽ち下痢をする。梅雨中に消化器を害する者の比較的多いのは、一つは是が爲である。單にそれのみならず、梅雨中は運動も不足になり、身體の具合も精神の狀態も概して良くない。そこへ持て來て飲食物も今いふ通り凡て不良の影響を受けて居るのであるから、消化器を害し易くなることは當然である。

これは獨り飲食物のみではない、衣服とても矢張黴が生える、少し汗や脂で垢染みた處があれば忽ち黴が生える、殊に洗張をして糊を著けた著物などは、少し乾し方が不充分であるか、又は後で濕めつても非常に能く黴が生える、わざ／＼黴を培養するやうなものである。實際斯樣な著物は惡臭を發するが、これは糊の臭であると云ふて敢て怪しまない。乾燥して仕舞へば勿論黴は死ぬるけれども、黴の屍骸を乾固たやうな著物を著て喜ぶ人の氣が知れぬ、衛生上有害と認むべきものである。これから暑中になると單衣を洗濯するときに、折角清潔にした後からわざ／＼糊著と稱して此の不潔法を施す習慣がある、實に厭らしき惡習慣である此の如きものを著る

から癖だの癰だのと云ふものが出來る。これは是非廢したいものである。若し硬ばつたものが肌に快いと云ふならば蠟引でも何でも他に工夫はあらうと思ふ。

住居もさうである、今言ふ通り何處から何處まで黴が繁殖するのであるから、梅雨が上つて乾燥すれば、この幾億萬の黴の粉が舞ひ出す、小兒や老人はこれが爲に結膜炎、鼻加答兒、氣管枝加答兒、肺炎などを起すに至るのである。故に我邦古來の習慣たる土用干は是非必要な有益な行事である、然るに近年勵行せしめられる強制的の大掃除なるものは、御役所の御都合次第で、商賣上の都合も衛生上の顧慮も何も無いものらしい、現に本年なども東京市の或區域では春の掃除が梅雨期になつて、偶々朝に天氣になつたと思ふて、濡れた土の上に土臺を置いて疊などを乾して掃除にかゝると間もなく曇つて來て、午後には雨が降り出した。それで大掃除の形式だけは濟むで、巡査さんから檢査濟と云ふ證明書を頂いたが、これでは實際清潔法の意味が解らない、疊や諸道具を濕らしたゞけ非衛生である。再び天候と家政の都合を俟て改めて土用干をする必要がある。

以上は單に普通の黴だけを眼中に置ての話であるが、この梅雨期の氣溫、濕度、その他の自然の狀況は黴のみならず、目に見えぬ細菌類の繁殖發育にも最好の時期であつて、その中には例の虎列剌、赤痢、窒扶斯などの病原菌も、これから吾々の活躍すべき時期が來ると云ふて盛に子孫を繁殖させ、毒兵を養成しつゝあるのである。

此の如く恐るべき種々の病原菌が續々として繁殖し、人類を攻滅さんとして戰鬪準備に取掛つてゐる一方に於て、恰もこの時期は人間に取つては最も不利の狀況に在るのである。卽ち既に述べたる如く、運動不足になり、精神も陰鬱になり、飮食物も變敗し易くなり、殊に小兒等は不熟の果物などに依て胃腸を害し、衣服、履物なども或は濕潤し或は泥土にまみれ、これが爲に往々感冒に罹る等種々の事に由

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

て身體を弱める。更に給水設備の不完全な地方にありては飲料水が危險になつて來る、從て總ての飲食物が疑はしくなる。斯樣な狀況で雨期を過して、愈愈暑に入ると、玆に前述の病原菌どもは時こそ好けれと種々の機會に乘じて人間を侵すのである。

實際梅雨の時は、右の如き恐るべき事態が潛伏して居るのであるから豫めこの狀況を洞察して、今の中に身體を弱らさぬやうに注意し、梅雨が過ぎて色々の珍らしい野菜や果實や、魚類が出て來ても、充分飲食に用心することが肝要である。

梅雨中は矢張可及的室内及び總ての物を出來得るだけ乾燥することが必要である。併し戶障子を締め切るから室内の空氣は不潔になり易いから、多少空氣の交換にも注意しなければならぬ。試みに梅雨中に不衞生な家を訪問して見れば能く分かる。先づ室内に入ると一種不快な臭氣がする、疊が何となく粘ばる、盆でも、茶碗でも、菓子皿でも異樣に汚れが目立つものである。其處に駈込むで來る子供を見ると、足が泥だらけで、著物がじと〳〵になつて居る。それをそのまゝ疊になすりつけ、著物は體溫で蒸發させる。斯の如くにして子供は感冒に罹り、下痢を來し、老人は呼吸器を害され、壯者は僂麻質斯に惱まされ、青年は神經衰弱或は「ヒステリー」の症狀などを起して來るのは別に不思議も無いことである。梅雨中の衞生としては凡そ此邊の事を考へて、常識で衞生を講ずれば足りることゝ思ふ。

育兒

乳兒脚氣

醫學士　竹内薫兵

これは西洋には無い病氣で、人の乳で養はれてゐる子供に限つてこの病氣になる。然し乳を與へて居る

人には、明かに脚氣があると云ふ事は本人は勿論醫師が診ても判らないことが珍らしくない。それでも名前だけは「乳兒脚氣」といふのである。「人乳中毒症」とでも云つたら當り障りはない。

この病氣に罹る子の乳親は必ず乳汁の分泌は非常によいものである。であるから、この病氣は人乳の飲み過ぎが餘程原因を助けるに相違ない。

子供は乳を吐く、聲が嗄れて來る。時に何とも譬へ樣なき苦悶の狀を呈する。大便は回數が多くなつて、色は大抵青い。尙ほ其乳を飮まして居ると、呼吸數が次第に多くなつて、丁度肺炎にでも罹つて居るのかと思ふ程、忙はしくなり、口脣が紫色となる。即ち「チアノーゼ」が現はれるといふ。又眼瞼が上へ舉らなくなる事があるから眼を開けなくなるか、それ程でなくも眼が小さくなつた樣に見える。小便の通じは遠くなりひどくなると一日一度位となる。かうなつてからでも斷然その人乳を廢して、牛乳か又は外の人の乳にすれば治ることがある。然し少しよいと云つて、又舊の人乳を與へてはいけない。この病氣では心臟を侵す事がひどいから、其爲めに殪れるのである。

第一の手當は斷然離乳するにある。然し少し位惡い間ならば、牛乳を一日の内四五回、一回か二回は母乳にして置く方がよい。又世には脚氣を恐ろしがり過ぎる結果、少し子供が腹を壞しても、直ぐ牛乳に換へる人があるが、これこそ却て危險である。要は信用ある小兒科醫の診察を受けて、その意見に從ふ外はない。又親が脚氣だからと云ふので、子供に其乳を與へないのは惡い、たとひ親は立派な脚氣でも、子供に惡い兆候の現はれない限り、醫師に監督して貰ひながら、其親の乳を飮ませて居るがよいのである。

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

子供と果物

吉岡彌生

子供の急病は食物の不注意から。

子供が急病で、ひきつけたとか、何とか云つて往つて診ると、大抵は食物の不注意から起つた急性腸「カタル」で、其手當てとして腸を洗つたりなどすると、必ず不消化物が出て來ます。みつ豆とか、赤飯の類で其れを不適當に澤山食べさせたに因る事が最も多いのです。

子供と云ふものは自ら物を制限する力がないのですから年長者が深い注意を以て監督せねば大へんな過失が生じます、通常の食物ならば、さう分量を過ごすやうな事もありませんが、珍らしい物でもある時は、我を忘れて過食をするものですから常にこの邊のことに注意して居らねばなりません。

「バナヽ」の中毒に氣を付けること

「バナヽ」に就ては、どうも世間の人々に誤解があつて困ります。「バナヽ」は、あの通り實の柔かい、口觸りの良い物ですから、一般の人が「バナヽ」は滋養に富んで、且消化の良いものとばかり誤解して居られますが、なか／＼さやうではなく品の惡いのを食しますと、恐ろしく中ることがある。尤もよく熟した新鮮な物は何も差支へはありませんが、久しく店頭にさらされて、皮は黒味を帶び、肉は白く、たゞれて居るやうな物になると、已に醱酵作用を起して恐ろしい毒素を含んで居る故に、之を子供が三本も四本も食しますと、其毒素が血液中へ侵入して腸の潰瘍を引起して發熱苦悶甚しく遂には精神も朦朧として半睡半醒の狀態となり、次第に危險に陷つて、一晝夜若くは三四日にして死亡してしまひます。不注意の看護者は、此半醒半睡の狀態をよく眠つて居るなどゝ思ふことがあるが、恐ろしい誤解であります。前述の如く通常の食物の過食、不消化から起つたものは一時的のことで死に至らしめるやうな憂ひはありませんがこの「バナヽ」の中毒に至つては非常

な危險が伴ひますから子を持つた母たる人々はこゝに大なる注意をして頂きたいのです。

果物は子供にあまり必要ならず

元來子供の胃中には酸が多いのですからあまり果物の必要はありません。殊に日本は菜食が主となつて居りますから、同じ種類の果物は大人にとつても、大した必要はないと思ふのです。

滿四歲までの子供には、果物を一種の玩弄物として取扱はせ、決して食物として與へぬ方がよいと思ひます。煮て食するものは宜しいが、生食のものには周圍に菌が附着して各種の病氣の媒介をする危險があります。よく熟したものを少量づゝ食する事は結構です。比較的害のないものは梨、林檎等であります。桃、杏、梅などは大に注意を要します。

菓子も選擇が大切

菓子は、最も子供と關係のある食物ですが、比較的害のないものはおこし、せんべい、上等の「ビスケット」などで、餡ものはよくないのですが、まづもなか位ならばよいとして宜しい。一體小豆は不消化物ですから、なるべく子供や老人には澤山用ひぬやうに致したいものです、子供にお錢を與へて自由に菓子などを買はせるといふ事は、衞生の上から危險なるのみならず。子供の教育上にも甚しく害のあることは申すまでもございません。香の物は不消化なりとて、子供に食べさせない家庭がありますが、これは餘計な心配であります。鹽は殺菌性のものであつて黴菌を殺してしまひますから別に心配するやうな危險はありません。學校へ持つて行くお辨當には其內容にも取扱ひにも、研究改良せねばならぬ事が多くありますが、まだ充分の理想が立ちません。學校と家庭とで共に研究考案して、最良の方法を採用するやうにいたしたいものです。

子供と夜

高峯博

「子供と夜」はまことに重大な問題である。「子供と睡」は案外さうでない。それは子供には今日を如何にして暮す可きか、明日の糧は如何にせんかなどゝいふ心配はないから、今朝も、余が寄宿する家の子供が目を醒さして間も無く、大聲で泣いてゐるから、どうしたのですかと聞くと、ロロさん――亞米利加産の人語を眞似る鳥――を隣の部屋へ持つて行つたのが惡いのであつたさうな。子供が朝、目を開いて心を惱ます事は、先づ、鳥籠の安否位である。所が、大人はこれに反して、その日その日が重大なる意義を有する。こゝが、大人と小兒との違ふ點である。尤も大人とても、畢竟する所は、所詮、うなされも無く夢も無き安眠熟睡の夜を經驗し得ん事こそ最大の幸福でなければならぬ。余は常に思ふ「一日の理想は快き睡にあり、人生の理想は快き死に有り」と。我が意を解して與れる人は默して頬笑まるべく皮想の字面を捕ふる議論好きの人には色々の批評も有らう。併し此れが目下の本問題ではない。余は以下暫く、子供と夜との注意すべき關係を說き度いと思ふ。

「ねる子はまめ也」とは我が國の古くから俗諺であるが、よく云うたものである。小兒が身心に何等の故障が無くばグッスリとよく睡るべき筈である。然うでなければ、どこかに何か變調子があるに違ひない。凡、兒童の睡眠時間は、人の承知してゐる通り、その年齡に依つて段々差がある。乳飲み兒は乳を飲まねばならぬから、さう五時間も六時間も一度に連續しては睡らない。即、生後二三ケ月は晝夜の區別も無く、よく睡むつて居るが、其の一睡眠は、三時間位で、此の際哺乳するのである。滿一二歳以後は十三乃至十五時間の睡眠、滿三四歳の兒童は十二三時間、六歳乃至八歳の兒童は十時間半、八歳乃至十一歳では十時間乃至九時間半、十一歳から十三歳頃で

は九時間から八時間半程の睡眠、滿十三歲以後は八時間の睡眠で充分である。序に大人の必要睡眠時間に就きては、世間では、よく八時間と云ふが、あれは八時間を睡り、八時間を休息し、八時間を働く、合せて三八二十四といふ一種の算數的に便利な分け方で、生理學的乃至實際的には、たいした意味がない。夢を見ずして、眞に安樂愉快に熟眠だにすれば、三四時間で充分である。體力や精力の弱い者でも、六七時間も睡れば不足は無い筈である。それを中途に目を醒ましたり、夢を見たり、うなされたり、心配が有つたりするから、何時間寢ても、頭がハツキリしない。余は切言す「人は幾時間睡りしやを計算するよりも充分に熟睡したりしやに顧慮せよ」と。是は一般の法則であるから隨つて兒童にも適用出來る。――尙、睡眠に關して委細の事は最近出版の拙著夢學第四八九乃至四九二頁及び第五四乃至九一頁を參照せられよ。

以上は正規の睡眠に就いての話であるが、この一般の通則から離れて居れば、すべて病的とすべく、即ち嗜眠とて過度に睡り過ぎるのと、不眠病とて充分に安眠できぬか、又は全然睡眠不可能のことがある。余は上に睡眠時間の長短を敍べたが、各年齡の子供が、あの時間中、平等の睡るのではない。例を擧げると Czerny の研究に據れば、滿三年九ヶ月の小兒に於ては、平均就眠後第一時間目にその最深度に達し、それから漸々淺くなつて、第六時間目には殆ど覺醒に近き、次に更に睡は深くなりて第十時間目に至る。以後また淺くつて第十二時間目位に目を醒ます。斯く、一般に一度、中途に睡眠の度の淺くなるものである。これを睡眠の小兒型と云ふ。然るに習慣の惡い子供や、神經質の子は、背張とて夜は中々遲く迄起きてゐて寢付かない。そして明け方になると熟睡する、隨つて朝寢坊である。子供の神經質は一は生來のもあるけれど、また一は家庭でそのしつけ方次第で斯かる子供を隨意に養成出來るから餘程親達自身の注意と緊張とを要する。

斯様な神經質性の小兒の睡眠狀態には左の如き特徴がある。第一に甚だ刺戟に感じ易い。一寸側傍でガタリと音をさせても、直ぐ吃驚して身體をピクリと動かす。勿論これは一般に小兒、殊に哺乳兒に於て然りであるけれども、神經質の子供には其程度が甚しい。それから第二には齒ぎしりする。第三には睡眠してゐ乍ら眼瞼が充分に閉ちない。第四には、たとひ外界に特別の刺戟が無くとも睡眠中、時々、上下肢をば恰かも物に驚きたる時の如くにピク／＼と動かす。是等の症狀がもつと烈しくなれば、夜驚病 Pavor nocturnus 乃至夜啼症を發する。夜驚病は一に睡怖病とも云ひ、三歳から六歳位の子供に多く、通常、就寢後一時間、又は二三時間も經て、突然に何事かに驚きたる如くして覺醒し、高聲に泣き立て、又は母親に抱き付く。全く恐怖に堪えぬものゝ樣子である。十五六分も經てば精神狀態が判然して來て泣き止むと共に再び睡眠に入る。翌朝之を問ひても當人は記憶しない。又夜啼症といふのは、專ら哺乳兒に發するので、夜間、發作的に啼泣し、中には點燈時頃から泣き始めて、其の烈しいのは一家を擧げて睡らしめぬのもある。弘田博士に據れば、西洋の記載中にはこの夜啼症なる病氣を見ないが、漢法の醫書には古くからこの病名を揭げてあるといふ。

上記の如き神經質性の不安なる睡眠は色々の原因から來る。(1)外界の刺戟、即ち電燈の強き光線、喧騷なる音響等。(2)刺戟性の飮食物、即ち茶や咖啡等。(3)小兒の消化機能に過重なる飮食物、隨つて(4)種々の胃腸病、たとへば、腸內異常醱酵、蛔蟲や條蟲等の寄生蟲等。(5)呼吸系統の障礙、即ち鼻加答兒、扁桃腺肥大、後鼻腔腺組織增生等。(6)心臟病(7)貧血。(8)「ヒステリー」、癲癇、神經衰弱症等。(9)一般熱病。(10)一般に疼痛等――此等が睡眠を障礙する生理的の主因である。又心理的には、(11)晝間の強印象又は(12)暗示、乃至(13)反感、夢魘。(14)夢等が其の主なる原因となる。

小兒には、大人に見る如き固有の不眠症は稀である

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

けれども、安眠を障碍する原因は斯の如く多く有つて、事實上にも其の影響は兒童の發育を妨げ、乃至神經過敏に導くものであるから大に注意せねばならぬ。——就中余は夢魘や小兒夢に就きては、詳細に拙著夢學の第四〇七乃至四九三頁及第五九九乃至六三三頁に書いたから御參照ありたい。故に此處には此の點の全部を省略して、左に最近得たる暗示と思はるゝ一實例を擧げておかう。

(例)滿三年二ケ月の男兒(T、H)は生來及び現今健康である。又、夢に就きて自覺無し、余が去る三月二日、夕食時、其の子供の動作を觀つゝ彼の保護者に「此の子供が睡つて居る間に、不意に、びつくりして目を醒ましたり、泣き立てたりする事はありませぬか」と聞いた。その際、かの子供も、之を耳にした事は事實であり、且、もう大抵の大人の言葉は了解し得るのであるから、今から考へれば、此れが印象したものでないかと思ふ。卽ちその夜の曉(三月三日、午前四時過)に至、上記と同じ發作を以て、非常に泣き立て、爲に保護者は暫時彼を負んぶして、室内を歩かねばならなかつた。是の如き例は同兒に絶えて無かつた事で、又かの日以來、今迄二週日を經たが、再び然る事なし。——但、其の翌夜、就眠後、間もなく、アハアハゝゝと嬉しげに笑うてゐたる由——又當時の食物等の關係を見ても、別段に注目すべき點がないから、確固たる原因は不明乍ら、余は上記の如く、暗示で無かつたかと思うのである。

其他、育兒者の注意すべき點として、また每々、新聞が其新奇な實例を傳へるから、人はよく承知して居る可き筈の事は、哺乳兒に乳房を含ませつゝ母親が睡り入る爲、子供は、これで鼻腔を塞がれて、窒息することゝ及び、寒夜、炬燵の類を使用する家では、これより出る炭酸瓦斯の爲に、蒲團を深く頭から被さつてゐた小兒が絶息する事等である。

猶、余は上文に主として、兒童の睡眠を障碍する方面から觀察したが、尚他に嗜眠的の症状と夢中遊行

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

症とがある。前者は大熱病や中毒の結果、腦髓の作用に影響を及ぼした時に發し、後者は「ヒステリー」患者、暗示乃至催眠術を受けし者に見るところのものである。

子供と教育

ドクトル　三田谷　啓

父兄の無智　日本では子供に對する父兄の觀念に餘程誤つて居る處が多い、頑固な家庭では子供は嚴重に教育さへすれば可いと云ふので無暗に叱つたり打たりする、而も柔軟なる子供の頭腦をポカ〳〵と毆つて少しも顧みる處がないが、子供の頭蓋骨と云ふものは大人の頭蓋骨と異りて後頭部に於て、未だ癒著せざる部分があるから、此部分を擲られると直ちに小腦を壓する結果となるから時としてはそれが爲に腦に異狀を起して低能兒となることがある。又子供の手頸又は足の關節部の骨は大人のそれ等と異りて未だ完全に發達して居ないから柔道とか擊劍とか云ふ過激な運動をやらすると手頸を折つたり或は關節に龜裂を生じたりする、それでその箇所が假令一時平癒したりとしても壯年老年後に至るもその箇所は異狀を呈して來ることが尠くないのである。

子心親知らず　能く家庭に於て見ることであるが母親が寄席芝居などに行きたい爲に頑是なき坊やを促して夜遲くまで外出する、處が子供は芝居などは少しも面白くなく夜に入ると眠り出す、それを母親は頻りに子供を慰めて眠を覺さんとする、子供の方は却つて有難迷惑の芝居などよりも早く安眠さして與れた方が可いのである、これを親の方では芝居に無我夢中で坊やは寢坊で否かんと有つて叱り夜遲くまで眼を覺まして置く、爲めに歸宅後就寢しても安眠が出來ず安眠が出來ないから朝寢をする、そんな事よりして學校も自然遲參勝ちとなり學年末には不成績となるものが往々ある、是等は一に實母の不注意より起るのであるから子供の親たるものは能く此點

に留意して子供の心身の發育を阻害しないやうに努めねばならぬ。

活動寫眞の弊害　序に近來子供間に活動寫眞が流行してゐるが、その弊害たるや實に怖るべきもので之を醫師より云へば單に活動小屋に限らず人込の空氣は至て惡い元來子供は身體の諸機關が何れも發育の道程にあるものであるから新鮮なる空氣を多量に吸收しなければならぬのである、處が活動寫眞小屋の如きは芝居や夜席よりも一層室内を締切る必要上非衞生であるから出來得可んば子供を活動に屢々遣るのは好ましくない現象である、況んや之を教育上から見ても野卑なる「フイルム」を智育の定まらざるものに見することは考へものである。

家庭衞生

按摩と温浴

莊司秋次郎

古くから我國に一般に行はれて居る治療法の中で按摩と温浴ほど結構なものは無いと思ひます。これは治療法と云はんよりは今日では寧ろ日常の養生法の一つで、何處でも何時でも誰でも實施することが出來る位のものである。養生法とか衞生法とか云ふ事も此位簡單に實行の出來る樣にならねば餘り役には立ません。然し又これが何故に良いか、如何なる作用を呈するものかと云ふ事を知らずに、只心持が好いからと云ふだけでは、餘り本能的で利用法を誤り又眞の發達を遂げまいと思ひます。實際西洋では後馳に按摩を研究して、今日では立派な「マッサージ」

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

を組立て、合理的に治療上に應用して偉大なる效を收め、溫浴の方も深く研究した結果、水治療法と稱して同じく醫療上缺くべからざる一法となりました。

それでも西洋人は日本人のやうに手先が器用でありませんから、餘程練習しなければ誰でも按摩の眞似などは出來ません、按摩を練習してさへも直に不器用を補ふ種々の機械を發明したがるのであります。

我國では按摩と云へば殆んど盲人專門の業のやうになつて居りましたが、家庭に於ても、殊に嫁さんや、娘さんが、御舅さんや、御父さん、又は御祖母さんなどの肩を叩いたり、腰を擦る位の事は致したものであります。これは誠に結構な風習で、長者、老者を敬愛する一手段であり、又慈愛を深うする緣となり、家庭に於ける感情融和の最良機關となる事と思ひます。若い婦人が老人の肩を揉むでゐる所の繪などは確かに我國の家庭の美點を描て居るものと云ふて宜しからうと思はれます。これは感情の上に及ぼす按摩の效能でありますが、更に身體上にも大なる效能があります。揉まれる人は、これに依て頭痛が輕くなり、肩の凝も治り、腰脚の疼痛もらくになり、一體に快くなるのみならず、揉む人に取ても誠に良い運動になるのであります。單にこれだけでも家庭に於ける按摩の效能は莫大なるものと云はなければなりません。私はこの家庭按摩の習慣を保存し、更に改良され、普及されんことを希望するものであります。

さて治療上に於ける按摩の本來の目的は何であるかと申しますと、血液や淋巴の流の滯ほりを外から按摩して尋常にするのが主要の目的であると云ふて宜しい、血液と云ふても、特に靜脈血の流を助けるのであります。即ち一旦身體を養ふて、その不要の分や有害になつた分を集めて復び心臟に歸り、それから再び肺臟で淸めて新しくしようとする、その歸り途の滯ほりがちなるを助けてやるのであります。靜脈血と申しますと、皮膚の直下に見える靑線、即ち

靜脈の中を通つて居る暗紅色の血液でありまして、流れの力が比較的弱い、例へば今試みに手を垂れて居りますと靜脈管が蜿蜒と皮下に現はれて參ります、これは靜脈血が手の方から上に向つて流れ上るに困難でありますから、多少停滯つて血管が膨れて來るのであります。故に肘の上の邊を握るか或は縛りますと非常に著しく現はれて參ります。長時間このまゝにして置きますならば遂には手が浮腫んで參ります。而して靜脈が膨れてうねく\現はれた時に手先を上に擧げますと、忽ちそれが隱れて仕舞ふ、殊に他の手を以て手先から肘の方に向て撫でるならば容易に隱れて仕舞ふ、卽ち今迄停滯の狀態にあつた血液が、手の位置により、又撫摩の助けに依つて循環が容易にされたのであります。斯樣に靜脈血は手や足の尖端の方から胸の方に歸るのですから、これを助けようと云ふのには、手の指から肩の方へ、足の趾から腿の方へと擦するか揉むのが順序であると云ふことは自ら明かな理窟であります。淋巴と云ふものも靜脈血と同樣に身體の組織の中から出て、漸次集まつて胸の方へ行くもので、殊にその流は緩慢でありますから、矢張靜脈に對すると同じ方向に流れを助けてやらなければならぬ譯であります。從來の日本按摩法は全くこれとは反對で肩から手先の方へ腿から足尖の方へと揉みます。併しこれとてもつまりは血液や淋巴の流を助けることにはなりますが、矢張西洋流の方が解剖や生理上から見て正當と云はなければなりません。

尙ほ按摩は單に血液及び淋巴の流れを良くするのみならず、筋肉にも神經にも作用し、更に骨膜、關節、腱等の運動にも顯著なる作用を及ぼすことが出來るものでありますから、內科でも外科でも、殊に疾病、外傷等の恢復期には缺くべからざる治療法の一つになつて居りまして、醫師の指圖に從つて、それぞれ適當な按摩法を施す場合には實に目醒ましい效能のあるものであります。只骨折とか腫瘍とか急性の炎症ある場合に妄りに揉療治などゝ云ふ事をやりま

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

すと、甚だ危險でありますから、これは大に注意しなければなりません。玆では普通健康な人が頭が重いとか肩が凝るとか、疲勞たとか、倦怠いとか云ふ場合に、所謂素人按摩を試むることを御勸め致すのでありまして、更に多少按摩の原理を心得て、簡單な手技を習得し、從來の家庭按摩の習慣を保存し、改良し、普及するやうに致したいと思ふのであります。

次に溫浴でありますが、これ亦我國では大抵銘々の家に湯殿が出來て居りまして、容易に溫浴をすることが出來、又到る處に錢湯屋がありて僅かの代で簡便に溫浴をすることが出來ます。更に又溫泉が國內に無數に湧いて居りまして、これは恐らく世界第一であらうと思ひます。此の如く我國では溫浴の便利があるのでありますから、充分これを利用しなければなりません。この溫浴、溫泉の利用法も亦漸く近頃になつて硏究し始めた西洋の方が今日では遙かに日本よりも發達して、その設備でも、治療上の應用法でも學理的に立派なものと成つて居るのは實に遺憾な次第で、古くから非常に便宜が多く且つ實際に應用し來て居る日本では、例の間に合ひさへすれば宜いと云ふ流儀で、少しも硏究もしなければ改良進步をも圖らない、全國無數の溫泉の如きも、殆んど自然のまゝに放置してある處が多い、眞に寶の持腐れの感が致すのであります。

今玆に水治療法又は溫熱療法の原理並びに應用法を說くことは略しまして、普通吾々の行つて居る全身浴だけに就て少しく申述べて見ますと、通常吾々がお湯に這入るとか、風呂に入るとか云ふ、そのお湯は上加減と云ふのが先づ攝氏の四十度以上、四十五度位の處でありまして、西洋人は特別の治療の目的でもなければ到底這れません、燒死しさうに感するでありませう。實際治療上に於ては通常攝氏の三十四度の水は人體に溫の刺戟を與へぬ所より、これを境として、三十四度以下を冷浴と云ひ、それ以上三十七迄を溫浴と云ひ、三十七度以上を熱浴と申して

居ります。併し日本人は三十七八度位の湯に入つては、寒くて風を引くと云ふのであります。

そこで吾々日本人の普通に行て居りますのは三十九度以上の全身浴で所謂全身熱湯浴の一法でありますが、これは身體に如何なる作用を及ぼすものでありませうか、大體の事を知て置いて宜しからうと思ひます。

熱浴を致しますと皮膚の温刺戟が中樞神經系統、即ち脳脊髓に作用し、それから反射的に神經の末梢部竝に内臓に刺戟を與へ、その結果として血管、心臓、呼吸、筋肉及び神經の機能を増進し、又汗を出して物質代謝を盛にするものであります。

攝氏四十二度位の湯に二三分間入浴するときは筋肉の力を増し、疲勞を減じ爽快の感を起すものであります。併し少し長く續けますと筋肉は弛緩むで參ります。又血管が擴張して腎臓の血行が盛になり、尿利も良くなります。但し多量に發汗すれば尿量の減ることは勿論であります。

温熱は物質代謝を旺盛ならしむるものでありますから、僂麻質斯、痛風、往き黴毒、その他肋膜炎、腹膜炎、凡て炎症性の沈著物等を吸收する作用があります。それから循環器、即ち心臓や血管に對しては著しい影響を及ぼすものでありまして、温浴をしますと脈は一分間に百十乃至百二十位になり、血壓も初めは上り、血管が太くなれば下り、終には又昇る、而して浴を終れば血壓は降ると云ふ譯で、心臓は入浴時には劇く働きますから、それで心臓や血管に病氣のある人、又は老人などが熱い湯に入ることは注意しなければなりません。

又長く湯に入つて身體が熱くなる、即ち温の鬱滯が起りますと、身體を構らへて居る蛋白質、即ち器官蛋白が盛に分解して、著しく體内の蛋白質を失ふものであります。冷水浴の時には主として含水炭素と脂肪の分解が盛になりますが、三十九度以上では蛋白の分解が多くなるのであります。

次に熱浴の時に起るのは發汗作用であります。これ

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

も治療上には大切なる作用の一でありまして、この爲には特に熱氣浴又は電氣浴などを應用致しますが浴法では熱浴よりも體溫の昇らぬ程の溫浴の方が體内の蛋白を失ふことも少なく、心臟や血管に甚しい影響を及ぼすこともなく、發汗の目的を達し得るものであります。一體汗は血液から來るものでありますから、發汗した後には血液の水分が少なくなり、周圍の組織液が直ちに血液の中に這入るやうになります。これに由て體内の組織液はよく體外に排泄さるゝことゝなりますから、若し組織内に病的産物などのある場合には、熱の爲に充血起りてこれを破壞し、吸收及び排泄に都合よくする效能があるのであります。又これと共に體内の毒物をも排泄する作用がありますから、例へば腎臟炎などで尿の方から窒素を排泄することが少なくなり、尿毒症を起す危險のある時に發汗療法を行ひます。又砒素、沃度、水銀、鉛等の中毒の際にも治療の目的に發汗を行ふのであります。

凡そ以上の如き溫浴或は熱浴の生理的作用を心得て居りますならば、害を避けて有益に應用することが出來ようと思ひます。熱浴も健康な人には別に害はありませんが、平生は矢張溫浴にすべきものであります。卽ち三十七度内外に止める方が宜しい。尤も吾々日本人は熱浴の習慣がありますから三十七度でも冷たいやうな氣が致しますから四十度位迄の熱浴は差支ないと思ひますけれども、それにしても長い時間熱湯に浸つて居ることは宜しくない。先づ長くとも、十分間乃至十五分間とし、一週二三回なれば澤山である、但し勞働する人、又夏期には每日一回暫時間汗を流す程度に入浴するのは至極宜しい。又食後直ちに入浴することは宜しくない。少なくとも三十分乃至一時間過ぎてから入浴致すやうにしなければなりません。病人は本より醫師の指圖に依らなければなりませんが、心臟病のある人や老人などは特に注意を要します。若し頭部に充血し、動悸が劇しくなり眩暈するやうなことがあれば靜に臥て、室

内に新鮮な空氣を入れ、頭部や心臓部を冷やし、清涼飲料を與へなればなりません。一體熱浴をする時には最初から頭に冷水を灌漑いてゐるか、少なくとも、濡手拭を頭に載せて置くが宜いのであります。兎も角も日本人の毎日温浴する習慣は結構な事で、單に皮膚を清潔にし、疲勞を慰し、爽快を覺ゆるのみでも偉大なる效能と云はなければなりません。按摩と温浴はその生理的作用と學理に適ふた應用法を一般に知らしめて、益々これを改良し、發達させて、我國の家庭に於ける平素の養生法、療病法として保存し普及するやうに致したいものであります。



雜報

○外國産婆

從來の産婆規則は外國産婆學校又は同養成所卒業の資格を認めざるも、今回同規則に於て之を認容する事とし、目下調査中なり。

○傳染病豫防の季節

梅雨期は病原菌の潜伏發育期なるを以て傳染病豫防上最も警戒を要する時期にて、警視廳の國澤警務課長は左如く語れりと。

梅雨期は兎角時候が不順で濕氣が強いから體温の調節にも狂ひを生じて風邪、寢冷、胃腸病等に罹り易く從つて赤痢、「ペスト」、窒扶斯病等を誘發し易いから各自に用心してなるべく身體を壞さぬ如にしたい、此の種傳染病の根本的豫防は先づ蠅と蚤の驅除にある、其の驅除方法は集まる場所へ黐の附いてゐる箸か棒片を插て置くのも好いが蠅打ちで壁の上などにゐるのを殺すのは身體に附著いてゐる病菌を拂ひ落す怖れがあるから惡い、最と理想的の驅除法は發生場所の便所垢箱等に適當の驅除設備をして家内の風通しを宜くし清潔に掃除して從くにある、例へば石油四匁五分、石灰粉末四匁五分

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

微溫湯八合を器に入れて掻きませたものゝ上へ更に水一升ほど入れた物を便所内へ撒布すると蛆の卵、うじ蟲等を撲滅し效目が顯著である。

蚤退治　にも發生場所の床下にてれを撒布しても效目があるが床板と礎との間「ヘナフタリン」を入れ新聞紙を敷くのも驅除法の一つである蚤の驅除は「ペスト」の豫防に效目が多く今の發生時期に勉めて驅除方法を講じて置きたい、警視廳では「ペスト」の豫防は毎日二十組の捕鼠隊と殺鼠隊とが活動して捕鼠殺鼠を計り一方水上署と大川筋、品川沿岸の各警察署と謀り船の積荷、襤褸紙切れなど不潔物の取扱ひに深く注意し極力其の豫防方法を講じてゐる。目下東京附近には「ペスト」傳染の怖れはないが關西、三重縣地方には絕へず患者、有菌鼠等を出してゐて何時管内へ侵入しないとも判らぬので今の病毒潜伏期に充分の豫防法を盡して置きたい。

○料理法夏期講習會

東京女子高等師範學校内櫻蔭會の主催にて來る七月二十七日より八月四日まで料理法の夏期講習會を開き講習時間は毎日午後二時より六時までとし、農科大學敎授田中獸醫學博士の豚料理に關する講話もある筈なり、會費は壹圓五拾錢なりと。

○林間學校

林間學校は相州茅ヶ崎字小和田の松林三千坪の地に二百五十坪の校舍寄宿舍を建設中にて愈よ七月十一日開校と決し、二十三日から入校兒童の願書を白十字會で受附けてる、宮腰理事長は曰く「土地は波狀をなした丘陵で、如何程でも擴張の便がある、生徒は多くも六十名を限り一學級を十五人とし、四十分づゝ一週合計十八時間の敎授をする、兒童は淋巴腺結核位で他に傳染の虞がないもののみを入校させ、尋常三年即ち滿八歲以上十三歲以下に限り、月謝寄宿費は合計月十五圓位とし、それ以上要する場合は會が補助する、寄宿舍には十人に一人宛の保姆を置き授業は文字數字の外は實物敎授で、校庭には出來得る限りの草花を植ゑ、小動物をも飼養し、一方良

Digitized by Google　Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

習慣を助長せしめて身體の強健を圖る、在學は三ケ月以上尋常の課程を終るまでとし、健康の如何に依つて長短を異にする」云々。

○不正飲料

例年の通り目下種々の飲料水が盛に製造されるので警視廳の衛生檢査所にては、その檢査に忙殺されて居る有樣なるが、一枝師の談によれば、獨逸からの藥品が杜絶したゝめ、不正な防腐劑や香料を混ずるものが多くなつた、葡萄酒の中へ人工的に「アルコール」、酒石酸、水砂糖、「タンニン」酸、芳香「チンキ」、「カラメル」などを入れた怪物で堂々と廣告をしてゐる者もあるから驚く、安い酒場なぞに並べてゐる「ブラン」や「ウヰスキー」も單に「アルコール」と香料のみで造つた物が何れ位あるか知れない最近、都下千九百二十七軒の酒屋の酒を試驗したが、其の中「ホルマリン」を使用したのが十六軒もあつた、又話は異ふが例の「ビスケット」に陶土を混じたのや、罐詰にも商標に牛の繪が描いてあつて、中身が鯨肉や其他の安い肉類を入れたのなど、恁ういふ不正は枚擧に暇ない程だが、偖その取締法がない爲に、何うする事も出來ない、孰れ廳令を布いて嚴しく取締らねばなるまい、云々。

○東京女の妊孕力

竹內秀次郎氏が統計上より東京に居住する婦人の妊孕力を觀察したる所を聞くに、左の如き興味ある事實あり。

現在東京市內に住む婦人は百三萬九千八百四十一人で此中妊孕し得る年齡級の婦人が約五十六萬六千四百六十八人、不妊孕の年齡級の婦人が四十七萬三千三百七十三人であるから、東京市の現在婦人で妊孕可能性の婦人は全體の五十四人四分七厘で妊孕不可能性の婦人は四十七人五分三厘ある譯である。卽ち妊孕年齡級の婦人百人に付八十三人五分六厘は不妊孕の婦人で妊孕可能性の婦人は僅かに婦人全體の頭數から見ると二割五分二厘しかない譯である。今これを市內各區に就いて見ると、麴町區に在住してゐ

る婦人の數は二萬九千八百十七人、其内妊孕年齡級の婦人は一萬七千六十八人で現住女子百人に付妊孕力のある婦人は僅か五十七人二分七厘しかない。而して、麹町に次ぎ妊孕力の旺盛なのは京橋日本橋で婦人の總數六萬六千六百七十七人の内妊孕力年齡級の女が三萬七千百六十七人で女子百人に付五十六人六分四厘の比例である。女子の勞働者の多い本所深川兩區は、在住女子の妊孕年齡級が一等少い區で現住してゐる婦人の總數八萬六千二百五十七人の内妊孕年齡級の婦人は四萬二千八百四十四人でその割合は婦人百人に付五十一人四分七厘に當つてゐる。其他の各區は女子百人に付妊孕可能性婦人は五十六人一分六厘から五十二人四分七厘の間を上下してゐる。深川本所が妊孕力に乏しいのは餘り激烈なる勞働に從事してゐる爲めで他の區に比すると甚しく妊孕力が少いにも拘らず、出生率が多いのは日頃から勞働して身體を鍛錬してゐるから、身體が強健で妊孕力が旺盛な爲めであらう。日本橋京橋兩區の婦人は妊孕力が高いのみで出生率が少いのは、外出すること少く且つ運動不足の結果で、山の手一帶の官吏軍人等の夫人も妊孕力に於ては下町の婦人に比して遜色ない。そして出生率も可なり盛んである。此種の婦人は何れも知識階級の婦人のみで妊娠中の衞生に注意し、且つ適宜の運動をする爲め身心の發育良好の結果であらう。

○火災盗難報知機設置計劃

市内九大保險會社が合同して警視廳援助の下に資本金百萬圓を以て東京、大阪、京都、名古屋及び横濱等に火災及び盗難報知機設置の計畫あり、今回愈々内務省の許可を得て發起人總會を開ける由なるが、沖電氣株式會社の三好盛晴氏の說明に依ば今回の計畫は先づ市内要所の街上に報知機を千個乃至千二百個位据え付け、火災の時は報知機の下部にある硝子を壞してボタンを押せば、消防本部、水管溜場、消防官舍、各消防分遣所等にある受信機に感じ、盗難の際には報知機の裏面の穴へ鍵を差込めば警視廳、

各警察署及び所轄署交番所等へ通ずる仕掛けになつてゐる又報知機が故障なく用務を果したか否かを知らしむる爲め受信機に感じたと同時に報知機の鈴がけたゝましく鳴る、その上正確を期する爲め、報知者が一回ボタンを押し又は鍵を差込みさへすれば、機械は自動的に三回同じ事を受信機へ通ずることになつてゐる、而も之に要する時間は僅に三十秒位である。

廣告

○私立大日本婦人衛生會例會

同六月例會は去る十一日午前十時より本郷區湯島高等女學校附屬作樂館に於て開催、出席者數十名服部茂一氏の料理法實習を行ひ正午には會員一同食卓に著きて實習に成りたる料理を試食し、午後一時半より醫學士竹内薫兵氏の「小兒二四歳頃の食物」と題する講話あり、次に服部氏は竹内學士の擧げたる二三食料品に就て、その實際の料理法を述べ更に本日實習したる各種の料理に就きて說明し、午後四時過散會したり。

○六年五月總會當日寄附追加

一金五圓也　濱尾副會長

一金參圓也　齋藤勝子

○入會者

○三浦敎子紹介

神田區駿河臺袋町十五　通常　及能磯子

○丹波貞子紹介

山梨縣中巨摩郡五明村　通常　市川圓子

○田村きよ子紹介

日本橋區村松町二十五　特別　竹内蝶子

○日澤彌與子紹介

栃木縣栃木町字片柳白旗山内　贊成　管野邦夫

○轉居

牛込より牛込區加賀町二丁目一へ　馬屋原鶴子

本所より牛込區矢來町三中丸二十一號へ　鈴木鈴子

弘前より弘前市上瓦ヶ町二十五へ　市川りう子

私立大日本婦人衛生會役員氏名

總裁　東伏見宮妃周子殿下
會長　侯爵夫人　鍋島榮子
副會長　男爵夫人　濱尾作子

（いろは順）

幹事　鳩山春子　　同　長谷川仲子
同　岡田德子　　同　高木鐐子
同　山木多穗子　　同　三浦救子
同　松平芳子
評議員　入澤常子　　同　羽田三緒子
同　濱田拾子　　同　服部繁子
同　原みつ子　　同　仁禮壽賀子
同　西外子　　同　土肥多越子
同　緒方悦子　　同　岡山とし子
同　小川孝子　　同　男爵母堂　加藤鈴子
同　片山龜子　　同　吉岡彌生子
同　丹波貞子　　同　高橋孝子
同　田村きよ子　　同　武田貢子
同　鶴原誠子　　同　男爵夫人　南部隈子
同　中濱芳子　　同　山口貞子
同　子爵母堂　松井正子　　同　古市幸子
同　小松いさ子　　同　近藤嶷子
同　天野多喜子　　同　岸澄子
同　菊池米子　　同　三宅藤子
同　宮本樂子　　同　守屋千代子

婦人衛生雜誌代價及廣告料

代價

一冊　定價金貳拾錢　郵税壹錢
三冊（三ヶ月分）　前金郵税共　金四拾五錢
十二冊（一ヶ年分）　前金郵税共　金壹圓八拾錢

廣告料

一頁　六十二行　一行二十三字
壹頁　金五圓　半頁　金貳圓五拾錢
○特別廣告　壹頁金拾圓　半頁金五圓
○半頁以下行數ヲ以テ計算スルモノハ一行貳拾五錢

規定

○本誌講讀申込ノ節ハ前金三ヶ月分以上本會事務所宛ニ送附セラルベシ但シ見本ハ郵券ニテ貳拾壹錢代用苦シカラズ○本誌休讀ノ節ハ速カニ報知セラルベシ通知ナキ分ハ講讀者ト見做ス但シ後金ニハ割引ナシ○轉居ノ節ハ新舊宿所通知セラレタシ

大正六年六月二十二日印刷
大正六年六月二十五日發行

編輯者兼發行者　東京市本郷區駒込千駄木町五十八番地　莊司秋次郎
印刷者　東京市本郷區駒込林町百七十二番地　櫻井新三郎
印刷所　東京市本郷區駒込林町百七十二番地　杏林舍

發行所　東京市本郷區駒込林町二番地　私立大日本婦人衛生會事務所

賣捌所
東京市本郷區龍岡町　吐鳳堂
同市銀座四丁目　東海堂
同市京橋區鎗屋町　良明堂
同市本郷區本富士町　明文館
同市同區春木町　南江堂支店
京都市寺町二條南入　若林茂一郎
東京市日本橋區呉服町　北隆館
同市神田區表神保町　東京堂
同市本郷區本富士町　盛春堂
名古屋市榮町六丁目　丸善書店

Digitized by Google
Original from UNIVERSITY OF MICHIGAN

鈴木農學博士製造監督
秦醫學博士檢定證印
アルサミノール
ネオアルサミノール

アルサミノール	
〇・一瓦	一、〇〇
〇・二瓦	二、〇〇
〇・三瓦	三、〇〇
〇・四瓦	四、〇〇
〇・五瓦	五、〇〇
〇・六瓦	六、〇〇

ネオアルサミノール	
〇・一五瓦	一、二〇
〇・三瓦	二、四〇
〇・四五瓦	三、六〇
〇・六瓦	四、八〇
〇・七五瓦	六、〇〇
〇・九瓦	七、二〇

東京室町
三共株式會社

アルサミノール及ネオアルサミノールはエールリヒ博士と共に六〇六號發見の名譽を擔はれたる秦醫學博士に依りて一々嚴密なる動物試驗を行はれ同博士の責任證印を得たるものに限り發賣に供するが故に使用上絕對に安全なり。

アルサミノール及ネオアルサミノール
靜脈內注入器（函入）



▼內容品目、價格表贈呈す。